НАРОДНАЯ КУХНЯ

УКРАИНСКАЯ, БЕЛОРУССКАЯ, МОЛДАВСКАЯ КУХНИ

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Блюда украинской, белорусской и молдавской кухни популярны у многих народов. Они отличаются разнообразием и занимают достойное место в мировой кулинарии. Традиционные для нас борщ с пампушками, суп с клецками, вареники, гуляш и холодец пришлись по вкусу многим. В книге собраны рецепты этих и других мясных, рыбных, грибных и овощных блюд, каш, холодных закусок, соусов, мучных блюд, моченых фруктов и ягод, квашеных овощей, десертов и напитков. Вкусные и сытные блюда славянской кухни – всегда праздник на столе!

- Ксения Анатольевна Поминова
  - Предисловие
  - Украинская кухня
    - Традиции украинской кухни
    - Первые блюда
      - Украинский борщ. Вариант 1
      - Украинский борщ. Вариант 2
      - Борщ с пампушками. Вариант 1
      - Борщ с пампушками. Вариант 2
      - Борщ с копченым гусем
      - Зеленый борщ
      - Борщ с яблоками
      - Борщ с кабачками
      - Борщ с черносливом и грибами
      - Борщ с редькой
      - Борщ с куриными потрошками
      - Борщ с карасями
      - Борщ со свекольной ботвой
      - Борщ с молоком
      - Холодный борщ
      - Свекольник
      - Холодник
      - Холодник с рисом
      - Суп с красным перцем
      - Гороховый суп с ветчиной
      - Тыквенный суп
      - Луковый суп
      - Солянка с мясом
      - Рыбная солянка
      - Юшка с курицей
      - Юшка с капустой

- Юшка с фасолью
- Юшка с грибами
- Кулеш с капустой
- Кулеш с фасолью

- Мясные блюда
  - Свинина с картофелем
  - Свиное филе с яблоками и черносливом
  - Свинина с шампиньонами
  - Свинина в квасе
  - Свинина со шпиком
  - Свиная грудинка с рисом
  - Свинина с квашеной капустой
  - Свинина с лимоном
  - Свинина в сметане
  - Свинина со свеклой
  - Запеченное сало
  - Говядина с грибами
  - Говядина с черносливом
  - Говядина со сметаной
  - Говядина с хреном
  - Говяжий рулет с морковью
  - Говядина с яблоками и ветчиной
  - Рулет из телятины
  - Телятина с баклажанами
  - Баранина с фасолью
  - Запеченные котлеты
  - Зразы с грибами
  - Рулет из телятины с рисом
  - Голубцы
  - Мясные галушки
  - Куриные котлеты
  - Утка с лапшой и грибами
  - Куриная колбаса
  - Холодец из свиных ножек
  - Куриный холодец
- Рыбные блюда
  - Сом с грибами
  - Фаршированный сом
  - Сом с хреном
  - Караси в сметане
  - Рулет из судака с горчично-сметанным соусом
  - Глубцы с судаком
  - Фаршированная щука

- Тушеный минтай
- Медовый карп
- Карп с чесноком
- Треска в томатном маринаде
- Хек в пиве
- Форель с чесноком
- Рыбные котлеты
- Запеченные котлеты из судака
- Рыбные котлеты с грибами
- Рыбные котлеты с соусом
- Рыбные шарики
- Рыбная запеканка
- Рыбные хлебцы

- Каши
  - Рождественская кутья
  - Гречневая каша
  - Гречневая каша со сметаной
  - Обжаренная манная каша
  - Рисовая каша с грибами
  - Рисовая каша с сыром
  - Рисовая каша с яблоками
  - Рисовая каша с изюмом
  - Овсяная каша с клубникой
  - Пшенная каша с сухофруктами
  - Пшенная каша с черносливом
  - Пшенная каша с картофелем
  - Пшенная каша с лисичками
  - Ячневая каша с творогом
  - Тыквенная каша
  - Каша из баклажанов
  - Каша из кабачков
  - Грибная каша
  - Каша с квашеной капустой
- Закуски
  - Форшмак с сыром
  - Яйца с хреном
  - Рулеты из ветчины
  - Фаршированные грибы
  - Фаршированные баклажаны
  - Кабачок с чесноком
  - Редька в сметане
  - Свекла с хреном
  - Свекла с капустой и ветчиной
  - Хлеб со свиным салом

- Салаты
  - Мясной салат
  - Салат с курицей и лисичками
  - Салат с курицей и зеленым горошком
  - Салат с лососем
  - Салат с сельдью
  - Салат овощной
  - Салат с тыквой
  - Салат с картофелем
  - Салат с квашеной капустой
  - Салат со свеклой и яблоками
  - Салат из лука с редькой
  - Салат из огурцов и арбуза
  - Салат с горохом
  - Салат с баклажанами и фасолью
  - Салат с творогом
- Варенье, повидло
  - Грушевое варенье
  - Вишневое варенье
  - Варенье из вишни с косточками
  - Варенье из крыжовника
  - Абрикосовое варенье
  - Варенье из черной бузины
  - Варенье из одуванчиков
  - Варенье из сирени
  - Малиновое варенье
  - Яблочное повидло
  - Повидло из рябины
  - Повидло из красной смородины
- Моченые и вяленые фрукты и ягоды
  - Моченые яблоки
  - Моченые яблоки с черной смородиной
  - Моченые груши
  - Моченая слива
  - Моченая смородина
  - Моченая брусника
  - Моченая клюква
  - Вяленые яблоки с тыквой
  - Вяленый крыжовник
  - Вяленая вишня
- Мучные блюда
  - Блины
  - Вареники с картофелем
  - Вареники со свининой

- Вареники с печенью и салом
- Вареники с грибами
- Вареники с грибами и капустой
- Вареники с гречневой кашей
- Вареники с творогом
- Вареники с вишней
- Вареники с клубникой
- Галушки
- Творожные галушки
- Яблочные галушки
- Пампушки с чесноком
- Пирог с салом
- Пирог с вишней
- Пирожки с капустой
- Пирожки с помидорами
- Ватрушки
- Бублики с маком и кунжутом
- Драники

- Напитки
  - Молочный кисель
  - Кисель из вишни
  - Малиновый узвар
  - Узвар с грушами и абрикосами
  - Квас
  - Грушевый квас
  - Квас из яблок

- Белорусская кухня
  - Традиции белорусской кухни
  - Первые блюда
    - Говяжий суп
    - Суп с копченой курицей и щавелем
    - Суп с уткой и грибами
    - Рыбная солянка
    - Суп с грибами и перловой крупой
    - Юшка с грибами
    - Уха с лососем и куриными шариками
    - Сладкий суп с яблоками
    - Затирка
  - Мясные блюда
    - Свинина с грибами и колбасой
    - Свинина в грибном соусе
    - Свинина с салом и луком
    - Говядина с чесноком
    - Говядина с овощами и черносливом

- Говядина с яблоками
- Утка с квашеной капустой
- Гусь с гречневой крупой
- Курица в сметанном соусе
- Курица с изюмом
- Курица в беконе
- Куриная печень с грибами и картофелем
- Драники с телятиной
- Драники в горшочках
- Колдуны со свининой
- Свиные рулеты с зеленым горошком
- Куриные зразы с сыром
- Куриные котлеты с сухариками

- Рыбные блюда
  - Запеченный лещ
  - Карп с овощами
  - Тушеный окунь
  - Караси с рисом и овощами
  - Рыбный рулет
  - Рыбные зразы с грибами
- Грибные блюда
  - Шампиньоны с говядиной
  - Драники с грибами
  - Запеканка из картофеля и лисичек
  - Гороховое пюре с грибами
- Блюда из бобовых
  - Тушеная фасоль
  - Фасоль с овощами
  - Гороховые блины
  - Гороховая каша
  - Горох с болгарским перцем
  - Гороховые котлеты
  - Чечевица с фасолью
  - Чечевица с капустой
  - Зразы из чечевицы
- Блюда из яиц
  - Яичный паштет с грибами
  - Яйца с луком и беконом
  - Яйца с помидорами
  - Омлет с грибами и луком
  - Яйца с грибами
  - Котлеты из яиц
- Кисломолочные продукты
  - Творог с медом

- Яблоки с творогом
- Творожная запеканка с орехами
- Запеканка с морковью
- Сырники
- Сырники в черничном соусе
- Сырники с картофелем
- Сметана
- Сметана с томатным соусом
- Сыр

- Закуски
  - Рулет из сала
  - Свинина с горчицей
  - Куриный паштет
  - Колбаса
  - Икра из грибов
  - Сельдь с горчичным соусом
  - Рулет из картофеля с яйцами
  - Драники с чесноком и сметаной
  - Закуска из картофеля со свеклой и сельдью
  - Чесночный хлеб
  - Хлеб в молоке
  - Бутерброды с баклажанами
  - Кабачок в творожном кляре
  - Овощное рагу
- Салаты
  - Салат с печенью трески и зеленым горошком
  - Салат со свеклой и грибами
  - Салат из свеклы и хрена
  - Салат из редьки с яйцами
  - Морковный салат
  - Салат из моркови с творогом
  - Салат с зеленью
  - Салат с луком и яблоками
  - Салат из репы
- Квашеные овощи
  - Капуста
  - Капуста со свеклой
  - Капуста с медом
  - Огурцы с горчицей
  - Чеснок с ягодами
  - Перец
  - Лук

- Мучные блюда
  - Пирог с яблоками
  - Пирог с творогом и маком
  - Пирог с лимонной цедрой
  - Вишневый пирог
  - Пирог с черникой
  - Пирог с творогом и медом
  - Хлеб
  - Пряники
  - Печенье в глазури
  - Печенье с изюмом
  - Клецки с фаршем
- Напитки
  - Медовая настойка
  - Кисель
  - Овсяный кисель
  - Квас из яблок
  - Грушевый квас

- Молдавская кухня
  - Традиции молдавской кухни
  - Первые блюда
    - Чорба
    - Чорба с фасолью
    - Чорба с бараниной
    - Чорба с пшенной крупой
    - Чорба с брынзой
    - Зама
    - Зама с рыбой
    - Зама с мамалыгой
    - Нут с мясом
    - Борщ с шампиньонами
    - Суп с курицей
    - Суп с потрохами
    - Овощной суп на молочной сыворотке
    - Суп с фрикадельками
    - Фасолевый суп
    - Суп с рисом
    - Суп с чечевицей
    - Тыквенный суп
    - Суп с кабачками
  - Мясные блюда
    - Отбивная в тесте
    - Свинина с овощным гарниром
    - Свинина с фасолью

- Колбаски из свинины
- Говяжьи колбаски
- Говядина с тыквой
- Говядина с кукурузой
- Говяжий язык с чесноком
- Гуляш из баранины
- Телятина с черносливом
- Телятина с айвой
- Куриные ножки с омлетом
- Курица со сметаной
- Курица в томате
- Куриные котлеты с овощами
- Студень из курицы
- Утка в остром соусе
- Утка с капустой
- Утка с абрикосами
- Фаршированный перец
- Голубцы в виноградных листьях
- Тефтели в вине
- Мусака с бараниной
- Мусака со свининой

- Рыбные блюда
  - Сом с картофелем
  - Сом с чесноком
  - Сом на гриле
  - Судак в маринаде
  - Судак с чесночным соусом
  - Судак в чесночной панировке с орехами
  - Караси с чесноком
  - Карп в винном соусе
  - Карп в луковом соусе
  - Осетрина с зеленью
  - Зразы с овощами
- Блюда из овощей
  - Перец в сметанном соусе
  - Перец в маринаде
  - Перец под овощным маринадом
  - Перец с рисом и грибами
  - Перец под соусом
  - Картофляники
  - Голубцы с овощами
  - Картофельная запеканка с чечевицей
  - Картофель с грибами
  - Картофель с овощами

- Фаршированные баклажаны
- Баклажаны в белом вине
- Цветная капуста с сыром
- Свекла с капустой
- Лук в сырной корочке
- Редька с брынзой
- Фасоль с луком

- Блюда из кукурузы, круп и бобовых
  - Мамалыга
  - Кукуруза с творогом
  - Фасоль с овощами
  - Запеченная кукуруза
- Блюда из яиц
  - Омлет с творогом
  - Яичные котлеты
  - Яйца с перцем
  - Рулет с ветчиной и овощами
- Закуски
  - Паштет из курицы с рисом
  - Паштет из перца
  - Фаршированные огурцы
  - Морковь с черносливом и яблоками
  - Яблоки с рисом и изюмом
  - Вертуты из лаваша
  - Творог с брынзой
- Салаты
  - Салат из курицы с сельдереем
  - Салат из моркови с чесноком
  - Салат с редисом и куриной печенью
  - Салат с кукурузой и грибами
  - Салат из творога с сельдереем
- Соусы
  - Томатный соус
  - Ореховый соус
  - Соус с грибами
  - Соус с яйцами
  - Овощной соус
  - Сметанный соус
  - Сметанный соус с луком
  - Сметанно-томатный соус
- Фруктово-ягодные десерты
  - Варенье из крыжовника
  - Пастила из айвы с яблоками
  - Яблоки с орехами и изюмом

- Мучные блюда
  - Галушки с брынзой
  - Жареная лапша
  - Вертута с вишней
  - Плацинды с тыквой
- Напитки
  - Винный кисель с вареньем
  - Фруктово-ягодный коктейль

○ Иллюстрации

Ксения Анатольевна Поминова
Украинская, белорусская, молдавская кухни

Предисловие

Традиционные украинская, белорусская и молдавская кухни формировались много столетий, за время своего развития они сильно изменились, но основные способы обработки продуктов сохранились. Рецепты национальных блюд оригинальны по составу ингредиентов. Способ приготовления у них намного проще, чем в остальных традиционных кухнях мира.

В Украине, Молдове и Беларуси начинали выращивать новые культуры, которые завозились из соседних государств, они активно входили в состав традиционных блюд.

В нашей книге представлены как популярные традиционные рецепты молдавской, белорусской и украинской кухни, так и менее известные. Ингредиенты, которые входят в состав блюд, широко известны, а способы их обработки просты и доступны каждому. Наша книга поможет глубже понять традиции этих народов, и попробовать приготовить очень вкусные национальные блюда.

Украинская кухня

Традиции украинской кухни

Одной из самых интересных кухонь в мире по праву считается украинская. За время своего существования она, как и многие другие кухни, постоянно развивалась. Сначала в ней преобладали простые блюда, которые постепенно усложнялись. Украинцы, находясь в тесном соседстве с народами России и Восточной Европы, изучали их кулинарные пристрастия, дополняли их трансформировали согласно своим традициям.

В XI–XII вв. из Азии была завезена гречиха, которую на Украине стали активно сеять. Гречневую крупу не только варили, но и перемалывали в муку, из которой готовили блины, оладьи, пироги и еще многие блюда. В XV–XVI вв. в стране бурно развивалась торговля, в результате чего украинцы начали выращивать шелковицу, арбузы, фасоль, тыкву и кукурузу.

Украинская кухня всегда была практичной. Традиционно еда готовилась в печи, завтрак, обед и ужин варили одновременно. Основой украинского стола являются борщ, каша, вареники и картофель.

Печь на Украине появилась еще в глубокой древности. «Кострище закрытого типа», или «вариста піч» (укр.) – предок печи. При варке, тушении или выпекании в печи в продуктах сохраняются полезные вещества и блюда получаются очень вкусными.

Хлеб в украинской кухне пекли из ржаной и пшеничной муки с использованием кислой закваски. Также помимо кислого теста есть и пресное, из которого делали галушки и вареники. Из ржи, гречки ипшеницы варили каши и кутью. Эти традиции сохранились и по сей день. Кутью готовили, как правило, на поминки, Рождество, Новый год и Крещение. Для этого блюда брали только цельные зерна пшеницы или ячменя, добавляя изюм, орехи и мед.

Хрен, лук, укроп, тмин, мята и красный жгучий перец – традиционные украинские приправы, они росли на каждом огороде. Практически во всех рецептах используется чеснок, придающий каждому блюду яркий аромат. Масло давили из семян подсолнечника и кукурузы, а из яблочного сока готовили уксус.

Конечно, самое популярное украинское блюдо – борщ. В его состав входит 20 ингредиентов, а в основе лежит наваристый мясной бульон и слегка обжаренная овощная заправка.

Еще одним из самых известных украинских блюд являются вареники. Рецепт их приготовления очень похож на сибирские

пельмени или кавказские манты, но вместо мясного фарша в вареники кладут творог, овощную или ягодную начинку.

Из мяса самой любимой и распространенной является свинина. Она входит в состав множества первых и вторых блюд, пирогов. В Луцке даже поставлен памятник свинье.

Очень распространено в Украине сало. Его едят как отдельно, так и в виде шкварок, добавляют в различные блюда.

Заметное место в украинской кухне занимают отвары и юшка. Они могут быть мясными, рыбными, овощными или фруктовыми.

Традиционные украинские напитки – мед, различные квасы, горилка и различные наливки.

Существенное место в украинской кухне занимают овощи, которые входят в состав как сложных блюд, так и в салаты, гарниры. Картофель появился в Украине только в XVIII веке и сейчас является довольно распространенным элементом традиционной кухни. Его используют в качестве начинки для пирогов и вареников, как гарнир к рыбе или мясу, готовят с ним первые блюда.

На каждом украинском столе присутствуют фрукты. Из них варят компоты, делают салаты и каши, запекают и маринуют. Раньше ягоды были самым доступным и полезным лакомством. Лесные ягоды сушили, а зимой добавляли в компоты, каши и салаты.

Первые блюда

Украинский борщ. Вариант 1

Ингредиенты

400 г свинины, 80 г томатной пасты, 10 г зелени укропа, 4 клубня картофеля, 2 зубчика чеснока, по 1 свекле, моркови, 0,5 вилка белокочанной капусты, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 0,5 ч. л. сахара, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Мясо нарежьте, посолите, поперчите, тушите с 300 мл воды 1 ч. Овощи очистите, нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Морковь, лук и свеклу тушите с томатной пастой, сахаром и уксусом 15 мин, затем добавьте свеклу, готовьте еще 10 мин. Картофель и морковь варите 20 мин. Получившийся бульон перелейте в керамический горшок, добавьте все овощи и мясо, готовьте 30 мин. Перед подачей посыпьте борщ измельченной зеленью.

Украинский борщ. Вариант 2

Ингредиенты

300 г говяжьей грудинки, 50 г свиного сала, 5 корнеплодов свеклы, по 4 клубня картофеля, горошины черного перца, 3 зубчика чеснока, 2 помидора, по 1 моркови, головке репчатого лука, острому красному перцу, 0,5 вилка белокочанной капусты, лавровый лист, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Мясо вымойте, крупно нарежьте, варите на слабом огне 1,2 ч, затем переложите в отдельную посуду. Овощи вымойте, очистите. Свеклу и капусту нарежьте соломкой, помидоры и картофель – крупно, лук мелко нарежьте, морковь натри те на крупной терке, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Свеклу смешайте с салом, чесноком, добавьте помидоры, залейте 300 мл мясного бульона. Морковь и лук обжарьте на масле 15 мин. В оставшийся бульон запустите морковь, лук, капусту, перец и картофель, варите 20 мин, затем добавьте лавровый лист, перец горошком, готовьте на слабом огне еще 10 мин. Добавьте свеклу с салом и помидорами, мясо, варите 5 мин. Дайте борщу настояться 30 мин.

Борщ с пампушками. Вариант 1

Ингредиенты

300 г говядины, 80 г сметаны, по 50 г свиного сала, топленого масла, 20 г зелени петрушки, 4 клубня картофеля, по 2 помидора, зубчика чеснока, по 1 свекле, головке репчатого лука, моркови, болгарскому перцу, 0,5 вилка белокочанной капусты, лавровый лист, красный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Для пампушек:

150 г муки, 1 яйцо, 1 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, 0,5 ч. л. дрожжей, соль, 40 мл воды.

Способ приготовления

Говядину вымойте, над ребрами сделайте надрезы, залейте водой, посолите, доведите до кипения. Затем снимите пену и продолжайте варить 1,5 ч. Готовое мясо переложите в отдельную емкость. Сало нарежьте небольшими кубиками, зелень мелко нарежьте, все смешайте, посолите, разомните. Овощи вымойте, очистите, свеклу и морковь натрите на крупной терке, капусту и перец нарежьте соломкой, лук и помидоры мелко нарежьте, картофель – крупно, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Свеклу обжарьте на топленом масле 20 мин, затем добавьте помидоры, морковь и лук, готовьте еще 15 мин. Затем все овощи положите в бульон, в котором варилось мясо, варите 25 мин, добавьте лавровый лист, сало с зеленью, поперчите, готовьте еще 20 мин.

Для пампушек в воде разведите сахар, дрожжи, посолите, добавьте муку, растительное масло, замесите тесто. Сформируйте из него небольшие шарики, смажьте их яйцом, выпекайте в духовке 20 мин при температуре 160 ˚С.

Борщ подавайте к столу со сметаной и пампушками.

> *Украинский борщ очень любили Екатерина II, Александр II и балерина Анна Павлова. В его честь даже назван городок Борщев, который расположен на Тернопольщине. Каждую осень в нем проходит фольклорный фестиваль «Борщів».*

Борщ с пампушками. Вариант 2

Ингредиенты

500 г свинины, 100 г томатной пасты, по 50 г свиного жира, сметаны, сливочного масла, 5 клубней картофеля, 2 зубчика чеснока, по 1 болгарскому перцу, свекле, головке репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, по 1 ст. л. муки, сахара, зелень, соль, 3 л воды.

Для заправки:

1 головка чеснока, 100 мл кваса, 50 мл растительного масла.

Для пампушек:

150 г муки, 1 яйцо, 1 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. сахара, 0,5 ч. л. дрожжей, 40 мл воды, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, крупно нарежьте, сварите в подсоленной воде, затем переложите его в отдельную посуду, бульон процедите. Овощи вымойте, очистите. Картофель нарежьте небольшими дольками, капусту и болгарский перец – соломкой, лук и свеклу мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. В бульон положите картофель, перец и капусту, варите 25 мин. Смешайте свеклу, лук и томатную пасту, обжарьте на сливочном масле в течение 30 мин. Обжарьте муку с сахаром и солью 10 мин, добавьте все в бульон, варите еще 5 мин. Жир смешайте с чесноком и мелко нарезанной зеленью, положите в борщ, готовьте еще 10 мин. Для пампушек в воде разведите сахар, дрожжи, посолите, добавьте муку, растительное масло, замесите тесто. Сформируйте из него небольшие шарики, смажьте их яйцом, выпекайте в духовке 20 мин при температуре 160 °С. Для заправки чеснок смешайте с квасом и растительным маслом. Перед подачей на стол добавьте в борщ сметану, пампушки полейте заправкой.

Борщ с копченым гусем

Ингредиенты

По 300 г копченого гуся, говядины, 200 г квашеной капусты, по 100 г свиного шпика, сметаны, 3 зубчика чеснока, по 1 свекле, головке репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, черный молотый перец, соль, 2 л кваса.

Способ приготовления

Мясо вымойте, говядину нарежьте мелко, гуся – крупно. Овощи очистите, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, лук, свеклу и морковь мелко нарежьте. Чеснок смешайте со шпиком. В кастрюлю положите мясо, гуся, все овощи (кроме чеснока), посолите, поперчите, налейте квас. Варите 20 мин, затем перелейте в керамический горшок, поставьте в духовку и готовьте еще 3 ч. Добавьте шпик с чесноком, сметану, томите 10 мин.

Зеленый борщ

Ингредиенты

400 г свинины, по 200 г щавеля, шпината, 70 г сметаны, 50 г

сливочного масла, 6 клубней картофеля, по 1 свекле, головке репчатого лука, моркови, по 1 ст. л. муки, сахара, 3 %-ного уксуса, зеленый лук, зелень петрушки, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Свинину вымойте, отварите до готовности в подсоленной воде, нарежьте небольшими кусочками.

Овощи вымойте, очистите, лук, морковь и свеклу нарежьте соломкой, картофель небольшими дольками. Шпинат и щавель вымойте. Свеклу посолите, сбрызните уксусом, тушите 30 мин. Лук и морковь обжарьте с мукой и сахаром на масле. В мясной бульон положите овощи, добавьте щавель и шпинат, поперчите. Перед подачей на стол положите в борщ мясо, сметану, мелко нарезанную зелень.

Борщ с яблоками

Ингредиенты

По 200 говядины, баранины, 100 г моченых яблок, 70 г сметаны, по 50 г белой фасоли, топленого масла, 30 г корня петрушки, 5 клубней картофеля, 3 помидора, по 2 свеклы, моркови, 0,5 вилка белокочанной капусты, 1 ст. л. сахара, лавровый лист, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, очистите, отварите в соленой воде до готовности, затем нарежьте соломкой. В свекольном отваре сварите мясо. В отдельной кастрюле до готовности отварите фасоль. Оставшиеся овощи вымойте, очистите, картофель и помидоры крупно нарежьте, морковь и капусту нашинкуйте соломкой. Помидоры и морковь обжаривайте на топленом масле с сахаром в течение 15 мин. К мясу добавьте капусту и картофель, варите 25 мин, затем положите помидоры, морковь и яблоки, добавьте лавровый лист, готовьте еще 20 мин. Выложите в борщ фасоль, мелко нарезанную петрушку, варите 5 мин. Дайте настояться 30 мин, перед подачей на стол заправьте его сметаной.

Борщ с кабачками

Ингредиенты

400 г говядины, 50 г красной фасоли, 80 г сметаны, 4 клубня картофеля, по 1 свекле, кабачку, помидору, головке репчатого лука, 0,5 вилка, белокочанной капусты, зелень, соль, 100 мл томатного сока, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Мясо вымойте, мелко нарежьте, варите в подсоленной воде 1,5 ч, переложите в отдельную емкость. Фасоль замочите на 3 ч, затем отварите до готовности. Овощи вымойте, очистите, свеклу и кабачок натрите на крупной терке, картофель, лук, капусту и помидор мелко нарежьте. Все овощи, кроме картофеля, тушите в томатном соке 20 мин, посолите. В мясной бульон положите овощи, свеклу, варите 15 мин. Перед подачей на стол положите в борщ мясо, мелко нарезанную зелень, заправьте сметаной.

Существует много мнений о том, откуда пошло слово «борщ». Некоторые считают, что раньше в это блюдо клали борщевик, от которого и произошло название. Другие думают, что от древнерусского слова «бърщь», т. е. свекла.

Борщ с черносливом и грибами

Ингредиенты

200 г лисичек, 150 г чернослива, 50 г топленого масла, по 2 свеклы, моркови, 1 головка репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, лавровый лист, гвоздика, красный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Грибы и овощи вымойте, очистите, нарежьте.

Грибы отварите в соленой воде, выньте. В грибной бульон положите овощи и чернослив, топленое масло, лавровый лист, гвоздику, поперчите, варите 35 мин. В готовый борщ положите грибы.

Борщ с редькой

Ингредиенты

2 вареные свеклы, по 1 головке репчатого лука, редьке, 0,5 вилка белокочанной капусты, зелень укропа и петрушки, черный молотый перец, соль, 150 мл сливок, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, свеклу, лук и капусту мелко нарежьте, редьку натрите на крупной терке. Положите свеклу, лук и капусту в кастрюлю, налейте воду, посолите, поперчите, варите 30 мин, остудите, затем добавьте редьку со сливками, все хорошо перемешайте. Подавайте на стол с мелко нарезанной зеленью.

Борщ с куриными потрошками

Ингредиенты

800 г куриных потрошков, 80 г сметаны, 70 г томатной пасты, 50 г топленого масла, 5 клубней картофеля, по 1 свекле, головке репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, зелень, соль, 800 мл кваса, 2 л воды.

Способ приготовления

Потроха вымойте, снимите пленки, отварите до готовности в соленой воде, затем переложите в отдельную посуду, бульон процедите. Овощи вымойте, очистите, капусту и свеклу нашинкуйте соломкой, лук мелко нарежьте, картофель – крупно. Бульон смешайте с квасом, доведите до кипения, положите в него овощи, томатную пасту, варите 30 мин. Перед подачей на стол заправьте борщ сметаной, положите в него потроха и мелко нарезанную зелень.

Борщ с карасями

Ингредиенты

600 г карасей, по 100 г муки, сметаны, 30 г зелени укропа, по 2 свеклы, головки репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, 70 мл растительного масла, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Карасей вымойте, очистите, разделайте. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте. Рыбу обваляйте в муке, обжарьте на масле до готовности. Овощи положите в кастрюлю, налейте воду, посолите, готовьте 20 мин, затем положите карасей, варите еще 10 мин. В готовый борщ добавьте мелко нарезанную зелень и сметану.

Борщ со свекольной ботвой

Ингредиенты

500 г свекольной ботвы, 70 г сметаны, 50 г топленого масла, 40 г корня петрушки, 4 клубня картофеля, 2 помидора, по 1 головке репчатого лука, моркови, лавровый лист, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, лук, морковь и помидоры нарежьте маленькими кубиками, картофель крупно. Ботву и петрушку вымойте, крупно нарежьте. Морковь, помидоры и лук обжаривайте на масле в течение 15 мин. Воду вскипятите, положите в нее овощи, ботву и петрушку, добавьте лавровый лист, поперчите, посолите, готовьте 30 мин. Готовый борщ подавайте со сметаной.

Борщ с молоком

Ингредиенты

3 клубня картофеля, по 2 свеклы, моркови, 1 головка репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, 70 г томатной пасты, 0,5 ч. л. лимонной кислоты, соль, 100 мл кислого молока, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите. Свеклу и морковь натрите на крупной терке, лук и капусту нашинкуйте соломкой, картофель разрежьте на две части. Затем картофель сварите до готовности, разомните в пюре. Смешайте свеклу, капусту, морковь, лук и картофель, влейте воду, посолите, добавьте лимонную кислоту, варите 35 мин. В готовый борщ добавьте молоко.

Холодный борщ

Ингредиенты

600 г говядины, 350 г щавеля, 70 г сметаны, 50 г зеленого лука, 5 огурцов, 2 вареных яйца, 1 свекла, соль, 2,5 л простокваши.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, очистите, запеките в духовке до готовности, натрите на крупной терке. Огурцы и щавель вымойте, огурцы нарежьте небольшими кубиками. Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками, отварите в подсоленной воде до готовности. Яйца и лук мелко нарежьте. В кастрюлю положите лук, овощи, щавель, яйца, посолите, влейте простоквашу, заправьте сметаной. Уберите борщ в холодильник на 2 ч. Перед подачей на стол положите в него говядину.

Свекольник

Ингредиенты

200 г редиса, 100 г зеленого лука, 50 г зелени укропа, 3 огурца, по 2 вареных свеклы, клубня картофеля, яйца, сахар, соль, 2,5 л кефира.

Способ приготовления

Яйца нарежьте кубиками. Овощи вымойте, свеклу и редис натрите на крупной терке, картофель нарежьте крупно, огурцы – соломкой. Лук и укроп измельчите. Овощи, яйца и зелень смешайте, посолите, добавьте сахар, кефир, перемешайте.

Холодник

Ингредиенты

150 г зеленого лука, 100 г сметаны, 7 помидоров, 5 клубней картофеля, 1 головка репчатого лука, соль, 2 л воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите. Помидоры натрите на крупной терке, картофель нарежьте дольками, отварите. Зеленый и репчатый лук мелко нарежьте. Затем воду и картофель остудите, добавьте помидоры, зеленый и репчатый лук, посолите, заправьте сметаной, уберите в холодильник на 2 ч.

Холодник с рисом

Ингредиенты

По 100 г длиннозерного риса, зелени укропа, 80 г сметаны, 4 помидора, черный молотый перец, соль, 2,5 л кефира.

Способ приготовления

Рис вымойте, замочите на 20 мин, отварите.

Помидоры обдайте кипятком, снимите кожицу, натрите на крупной терке. Смешайте помидоры и рис, тушите 15 мин, посолите, поперчите, влейте кефир, уберите в холодильник на 2 ч. Перед подачей добавьте сметану и измельченную зелень.

Суп с красным перцем

Ингредиенты

5 клубней картофеля, 4 болгарских перца, 50 г сметаны, 70 мл растительного масла, зелень петрушки, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, нарежьте кубиками.

Воду доведите до кипения, запустите картофель, отварите, добавьте болгарский перец, готовьте 10 мин. Затем влейте масло, посолите, поперчите, дайте супу настояться 15 мин. Перед подачей положите в суп измельченную зелень и сметану.

Гороховый суп с ветчиной

Ингредиенты

250 г ветчины, 150 г гороха, 50 г сливочного масла, 3 помидора, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 40 мл растительного масла, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Горох замочите на 1 ч, отварите. Овощи вымойте, очистите, помидоры и лук мелко нарежьте, морковь натрите на крупной

терке. Ветчину нарежьте соломкой. На масле обжаривайте овощи и ветчину 20 мин, затем добавьте к гороху, варите 10 мин.

Тыквенный суп

Ингредиенты

700 г тыквы, 100 г сметаны, 40 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, черный молотый перец, соль, 2,5 л куриного бульона.

Способ приготовления

Тыкву и лук вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле до готовности, положите в куриный бульон, посолите, поперчите, готовьте 20 мин. В готовый суп добавьте сметану.

Луковый суп

Ингредиенты

50 г муки, 4 головки репчатого лука, 2 моркови, по 1 вилку белокочанной капусты, лимону, 70 мл растительного масла, 5 горошин черного перца, соль, 2 л воды.

Способ приготовления

Овощи и лимон вымойте, очистите. Лук нарежьте полукольцами, морковь и лимон кружочками, капусту нашинкуйте соломкой. На масле обжарьте овощи с мукой до полуготовности. В воду добавьте соль, доведите до кипения, положите в воду овощи, добавьте перец, варите 20 мин.

Солянка с мясом

Ингредиенты

300 г ветчины, 100 г сметаны, 70 г томатной пасты, по 50 г сливочного масла, маслин без косточек, 3 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 1 лимон, соль, 2,5 л мясного бульона.

Способ приготовления

Ветчину нарежьте тонкими ломтиками. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте. Лимон вымойте, нарежьте тонкими кружочками. На масле обжарьте лук с томатной пастой. В кастрюлю положите ветчину, лук, огурцы, влейте бульон, посолите, готовьте 20 мин. Перед подачей на стол добавьте в готовую солянку лимон, маслины, заправьте сметаной.

Высказываются предположения, что первоначально солянка называлась «селянка», т. е. сельская еда. Такое название объясняют тем, что это была еда крестьян, но

не повседневная, а праздничная. На семейные праздники крестьяне приносили мясо, овощи, из них и готовили селянку.

Рыбная солянка

Ингредиенты

300 г филе лосося, 70 г маслин без косточек, по 50 г томатной пасты, сливочного масла, по 2 соленых огурца, помидора, по 1 моркови, головке репчатого лука, лимону, красный молотый перец, соль, 2,5 л рыбного бульона.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, крупно нарежьте.

Овощи вымойте, очистите. Морковь нарежьте тонкими кружочками, лук – полукольцами, помидоры и огурцы мелко нарежьте. Лимон вымойте, очистите, нарежьте тонкими кружочками. Обжаривайте овощи на масле в течение 15 мин. В кастрюлю выложите овощи, рыбу, добавьте томатную пасту, посолите, поперчите, влейте воду, варите 50 мин. В готовую солянку положите лимон и маслины.

Юшка с курицей

Ингредиенты

800 г куриной грудки, 50 г укропа, по 1 моркови, головке репчатого лука, соль, 2,5 л воды.

Для лапши: 500 г муки, 5 яиц, соль, 200 мл воды.

Способ приготовления

Куриную грудку вымойте, отварите в соленой воде. Овощи нарежьте, добавьте к курице, варите еще 20 мин. Для лапши смешайте яйца, воду, муку, посолите, замесите тесто, раскатайте и нарежьте соломкой, сварите лапшу. Перед подачей добавьте в юшку лапшу и нарезанную зелень.

Юшка с капустой

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 0,5 головки цветной капусты, зелень петрушки, соль, 100 мл молока, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, лук и морковь нарежьте соломкой, капусту разберите на соцветия, картофель нарежьте дольками. В кастрюлю положите овощи, влейте воду, посолите, готовьте

30 мин, затем добавьте молоко, варите еще 10 мин. В готовую юшку положите мелко нарезанную зелень.

Юшка с фасолью

Ингредиенты

300 г вареной фасоли, 150 г сметаны, 50 г муки, 0,5 вилка белокочанной капусты, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Капусту вымойте, нашинкуйте, положите в кастрюлю, добавьте фасоль, влейте воду, поперчите, посолите, готовьте 20 мин. Сметану смешайте с мукой, посолите, добавьте в юшку, варите еще 10 мин.

Юшка с грибами

Ингредиенты

150 г шампиньонов, 70 г вареной перловой крупы, 60 г сметаны, 5 клубней картофеля, 1 корень петрушки, тмин, соль, 150 мл кваса, 2 л воды.

Способ приготовления

Грибы вымойте, мелко нарежьте, отварите в соленой воде, грибной отвар процедите. Картофель вымойте, очистите, нарежьте кубиками, положите в грибной отвар, варите 20 мин, добавьте крупу, тмин, грибы, петрушку, залейте квасом, готовьте 10 мин. Готовую юшку заправьте сметаной.

Кулеш с капустой

Ингредиенты

500 г цветной капусты, 200 г пшенной крупы, 100 г сала, 60 г сливочного масла, 4 клубня картофеля, соль, 300 мл молока, 2 л воды.

Способ приготовления

Пшено вымойте, сварите. Капусту вымойте, разберите на соцветия. Картофель вымойте, очистите, нарежьте ломтиками. Сало нарежьте кубиками, обжарьте до золотистого цвета. В подсоленной воде отварите до готовности капусту и картофель, все разомните, смешайте с молоком, добавьте масло и сало, варите еще 15 мин.

> *Кулеш – это один из видов украинских супов, старинное простонародное кушанье. Он был особенно популярен у казаков Запорожской Сечи. Тогда в состав*

кулеша обязательно входили пшенная крупа и сало.

Кулеш с фасолью

Ингредиенты

300 г фасоли, по 150 г пшеничной крупы, сала, 70 г сливочного масла, 400 мл молока, по 1 головке репчатого лука, моркови, черный молотый перец, соль, 2 л воды.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 3 ч, отварите. Сало нарежьте кубиками. Овощи очистите, крупно нарежьте. Пшенную крупу залейте водой, варите 1 ч. Выложите овощи, готовьте еще 20 мин, добавьте фасоль, разомните, поперчите, посолите. Сало обжарьте, положите в кулеш, влейте молоко, варите еще 20 мин.

Мясные блюда

Свинина с картофелем

Ингредиенты

800 г свинины, 50 г зелени укропа, 6 клубней картофеля, 80 мл растительного масла, приправа для свинины, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте крупными кусочками, слегка отбейте, посолите, добавьте приправу, обжарьте на масле. Картофель вымойте, очистите, нарежьте соломкой, посолите, обжарьте до готовности. Свинину подавайте к столу с картофелем и мелко нарезанной зеленью.

Свиное филе с яблоками и черносливом

Ингредиенты

500 г свиного филе, 50 г сливочного масла, 40 г чернослива без косточек, 1 яблоко, черный молотый перец, соль, 100 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Чернослив замочите на 20 мин. Яблоки вымойте, очистите, нарежьте дольками. Филе вымойте, слегка отбейте, положите на него чернослив и яблоки, сверните рулетом, обвяжите ниткой. На сливочном масле обжарьте рулет с двух сторон, влейте бульон, посолите, поперчите, готовьте 20 мин.

Свинина с шампиньонами

Ингредиенты

400 г свинины, 100 г сухих шампиньонов, 70 г свиного сала, 50 г томатной пасты, 6 клубней картофеля, по 2 головки репчатого лука, зубчика чеснока, лаврового листа, 1 морковь, 5 горошин черного перца, соль, вода.

Способ приготовления

Свинину и грибы вымойте, мелко нарежьте.

Овощи вымойте, очистите, картофель нарежьте тонкими ломтиками, морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Грибы отварите до готовности в соленой воде. Мясо обжарьте на сале до готовности, затем переложите его в отдельную емкость. В эту же сковороду положите овощи с томатной пастой, готовьте 25 мин,

периодически помешивая. В глубокую кастрюлю ровным слоем выложите половину овощей, затем мясо и остальную часть овощей, добавьте грибной отвар, перец, посолите, тушите 15 мин.

Свинина в квасе

Ингредиенты

500 г свиного филе, 100 г свиного сала, 30 г ржаных сухарей, 20 г зелени петрушки, 1 головка репчатого лука, 2 горошины черного перца, 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, соль, 150 мл свекольного кваса.

Способ приготовления

Филе вымойте, крупно нарежьте. Лук вымойте, очистите, мелко нарежьте. Сухари измельчите в блендере. Мясо обжарьте на сале с двух сторон, затей влейте квас, добавьте перец, лук, уксус, посолите, готовьте 30 мин, затем выложите сухари хорошо перемешайте, варите еще 15 мин. Готовое блюдо посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Свинина со шпиком

Ингредиенты

500 г свинины, 50 г свиного шпика, 70 мл молока, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок вымойте, измельчите с помощью чеснокодавилки. Свинину вымойте, пропустите через мясорубку, добавьте молоко, чеснок, посолите, поперчите. Ровным слоем выложите фарш на сковороду, на него положите шпик, сверните рулетом, смажьте яйцом. Выпекайте 50 мин при температуре 180 °С.

Свиная грудинка с рисом

Ингредиенты

500 г свиной грудинки, 60 г сливочного масла, 50 г риса, по 1 головке репчатого лука, моркови, тмин, черный молотый перец, соль, 100 мл овощного бульона, вода.

Для подливы:

40 г сливочного масла, 2 ч. л. муки, 150 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин, затем сварите до готовности. Мясо вымойте, нарежьте небольшими кубиками. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте. В кастрюлю положите овощи и мясо, готовьте 35 мин. Затем в сотейник выложите мясо с овощами и

рис, залейте овощным бульоном, выпекайте в духовке при температуре 180 ˚С 30 мин. Для подливы муку слегка обжарьте на масле, смешайте с бульоном. Перед подачей на стол блюдо полейте подливой.

Основу любого супа составляет бульон, он бывает овощной, мясной, рыбный или грибной. Эти продукты питательны и полезны для здоровья, а все их ценные вещества при варке переходят в бульон.

Свинина с квашеной капустой

Ингредиенты

600 г квашеной капусты, 400 г свинины, 100 г томатной пасты, 50 г топленого масла, 2 лавровых листа, 1 головка репчатого лука, 1 ст. л. 9 %-ного уксуса, 1 ч. л. сахара, соль, 100 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками, посолите, обжарьте на масле. Лук вымойте, очистите, тушите с капустой и томатной пастой в мясном бульоне, затем добавьте мясо, лавровый лист, уксус, сахар, готовьте еще 20 мин.

Свинина с лимоном

Ингредиенты

700 г мякоти свинины, по 70 г муки, сливочного масла, 1 лимон, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лимон разрежьте пополам. Мясо вымойте, нарежьте крупными кусочками, натрите лимоном, посолите, поперчите, запанируйте в муке. С двух сторон обжарьте на масле до золотистого цвета, затем запекайте в духовке 40 мин при температуре 160 ˚С.

Свинина в сметане

Ингредиенты

700 г свиной вырезки, по 100 г свиного жира, сметаны, 50 г муки, 50 мл растительного масла, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, мелко нарежьте, обжарьте на свином жире. Лук вымойте, очистите, нарежьте полукольцами, обжарьте с

мукой на растительном масле, затем смешайте с мясом, положите сметану, посолите, поперчите, готовьте 30 мин.

Свинина со свеклой

Ингредиенты

500 г свиного филе, 50 г свиного жира, 2 свеклы, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль, 200 мл кваса.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте со свининой на жире, посолите, поперчите, влейте квас, готовьте 35 мин.

Запеченное сало

Ингредиенты

1 кг свиного сала, 1 головка чеснока, 1 ст. л. горчицы, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок измельчите, натрите им сало, поперчите, посолите, добавьте горчицу, заверните в фольгу, уберите в холодильник на 4 ч. Затем сало, не разворачивая, запекайте при температуре 120 ˚С 1 ч.

Говядина с грибами

Ингредиенты

600 г филе говядины, 200 г шампиньонов, 100 г сметаны, по 50 г муки, сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, зелени петрушки, черный молотый перец, соль, 150 мл мясного бульона, вода.

Способ приготовления

Мясо вымойте, мелко нарежьте, сварите в подсоленной воде с петрушкой. Овощи и грибы вымойте, очистите, нарежьте соломкой, обжарьте на масле с мукой, добавьте сметану. Смешайте овощи, грибы и мясо, залейте бульоном, поперчите, готовьте 15 мин, затем запекайте в духовке 20 мин при температуре 160 ˚С. Подавайте с картофелем.

Говядина с черносливом

Ингредиенты

600 г мякоти говядины, 200 г чернослива, 50 г свиного жира, 2 головки репчатого лука, 1 помидор, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1 ч.

л. сахара, кориандр, соль, 100 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Говядину вымойте, разрежьте на 4 части. Чернослив замочите на 30 мин. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжаривайте в течение 15 мин. Мясо обжарьте на жире до золотистого цвета, затем смешайте с овощами, влейте бульон, добавьте сахар, кориандр, уксус, тушите 50 мин. Затем выложите чернослив, готовьте еще 20 мин.

Говядина со сметаной

Ингредиенты

800 г говяжьей вырезки, 100 г сметаны, 2 корня петрушки, по 1 головке репчатого лука, моркови, лавровому листу, зелень, черный молотый перец, соль, 150 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Говядину вымойте, слегка отбейте. Овощи вымойте, очистите, нарежьте небольшими кубиками. Мясо обжарьте с двух сторон до золотистого цвета, затем добавьте овощи, петрушку, посолите, поперчите, залейте бульоном и сметаной, тушите 50 мин. Перед подачей на стол мясо нарежьте крупными кусочками.

Говядина с хреном

Ингредиенты

600 г мякоти говядины, 200 г картофельного пюре, 70 г пшеничного хлеба, по 50 г сливочного масла, муки, сметаны, 70 мл молока, 2 головки репчатого лука, 3 ст. л. тертого хрена, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, пропустите через мясорубку.

Хлеб размочите в молоке, добавьте в мясо, посолите. Лук вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле. Смешайте лук, мясо и хрен, сформируйте котлеты, запанируйте их в муке, обжарьте с каждой стороны по 10 мин, затем залейте сметаной, запекайте в духовке 20 мин при температуре 180 °С.

Говяжий рулет с морковью

Ингредиенты

700 г филе говядины, 50 г свиного сала, сметаны, 2 корня петрушки, по 1 вареной моркови, головке репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте с салом до золотистого цвета. Морковь очистите, пропустите через мясорубку с корнем петрушки, смешайте с луком и салом, посолите, поперчите. Филе вымойте, слегка отбейте, выложите на него овощи, сверните рулетом, посолите, залейте сметаной, запекайте в духовке при температуре 180 °С 1,5 ч.

Говядина с яблоками и ветчиной

Ингредиенты

600 г мякоти говядины, 200 г ветчины, 50 г топленого масла, 3 яблока, по 1 помидору, головке репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, черный молотый перец, соль, 150 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Яблоки и овощи вымойте, очистите, нарежьте крупно. Ветчину нарежьте тонкой соломкой. Сковороду смажьте маслом, выложите в нее мясо, овощи и яблоки, ветчину, влейте бульон, посолите, поперчите, тушите 1,5 ч.

Рулет из телятины

Ингредиенты

700 г телячьей вырезки, 150 г груздей, 50 г сливочного масла, растительного масла, 1 головка репчатого лука, черный и красный молотый перец, соль, 500 мл грибного бульона.

Способ приготовления

Телятину вымойте, посолите, отбейте. Грибы и лук вымойте, очистите. Грибы мелко нарежьте, лук – полукольцами. Обжарьте лук и грибы на растительном масле, поперчите, выложите их на мясо, сверните рулетом. На растительном масле обжарьте рулет с двух сторон до золотистого цвета, затем залейте его бульоном, тушите 1 ч.

Телятина с баклажанами

Ингредиенты

800 г телячьей вырезки, 70 г свиного сала, 50 г сливочного масла, 3 баклажана, по 1 головке репчатого лука, помидору, черный молотый перец, соль, 200 мл мясного бульона.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи вымойте, очистите, лук нарежьте полукольцами, баклажаны и

помидор – кружками. Мясо обжарьте на сале, овощи – на сливочном масле. В керамическую емкость выложите мясо, потом овощи, посолите, поперчите, влейте бульон. Готовьте в духовке при температуре 120 ˚С 25 мин.

Баранина с фасолью

Ингредиенты

1 кг баранины, 200 г фасоли, 100 г томатной пасты, 50 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, красный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 3 ч, затем отварите до готовности. Лук вымойте, очистите, нарежьте кольцами. Мясо вымойте, очистите, крупно нарежьте, посолите, поперчите, запекайте в духовке 2 ч при температуре 120 ˚С. На сливочном масле обжарьте лук, фасоль, добавьте томатную пасту, посолите. Мясо подавайте к столу с фасолью и луком.

Запеченные котлеты

Ингредиенты

600 г мякоти баранины, 200 г шампиньонов, 100 г российского сыра, 70 г топленого масла, 100 мл сливок, 50 мл растительного масла, 1 яйцо, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, пропустите через мясорубку, посолите, поперчите, добавьте яйцо. Сыр натрите на крупной терке, грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте до готовности на топленом масле, затем смешайте грибы и мясо, сформируйте котлеты. Обжарьте на растительном масле с двух сторон по 10 мин, затем выложите их на противень, влейте сливки, посыпьте сыром, запекайте при температуре 180 ˚С 40 мин.

Зразы с грибами

Ингредиенты

400 г свиного фарша, 200 г шампиньонов, 70 г муки, по 50 г овсяных хлопьев, зелени петрушки и укропа, сливочного масла, растительного масла, 1 яйцо, приправа для мяса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте.

Овсяные хлопья смешайте с яйцом, оставьте на 10 мин, затем

соедините с фаршем, посолите, поперчите, добавьте приправу. Зелень вымойте, нашинкуйте. На сливочном масле обжарьте грибы с зеленью до готовности. Фарш разделите на 6 частей, из каждой сделайте лепешку. Выложите на них грибы, сформируйте котлеты, запанируйте в муке. Обжаривайте зразы на растительном масле с двух сторон по 10 мин.

Рулет из телятины с рисом

Ингредиенты

800 г мякоти телятины, 100 г муки, сметаны, 50 г сливочного масла, кориандр, черный молотый перец, соль, 150 мл мясного бульона.

Для начинки:

100 г риса, 50 г сливочного масла, по 1 головке репчатого лука, яйцу, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, тонко нарежьте, посолите.

Для начинки рис и яйцо отварите до готовности. Лук вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на сливочном масле до золотистого цвета. Яйцо мелко нарежьте, смешайте с рисом и луком, посолите, поперчите. На мясо выложите начинку, сверните рулетом, обваляйте в муке, обжарьте на сливочном масле с двух сторон, затем залейте сметаной и мясным бульоном, добавьте кориандр, поперчите, готовьте 50 мин.

Голубцы

Ингредиенты

1 кг мякоти свинины, 70 г риса, 3 зубчика чеснока, 1 вилок белокочанной капусты, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Для подливы:

100 г сметаны, 70 г шампиньонов, 2 ст. л. муки, соль.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин, затем отварите до готовности. Мясо вымойте, пропустите через мясорубку. Капусту вымойте, отварите в подсоленной воде, затем разберите на листья. Чеснок и лук вымойте, очистите, лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Смешайте мясо, лук и чеснок, посолите, выложите на капустные листы, заверните. Для подливы грибы отварите, процедите полученный отвар, смешайте его с мукой и сметаной, хорошо перемешайте. В глубокую сковороду выложите голубцы, залейте их подливой, тушите 45 мин.

Мясные галушки

Ингредиенты

400 г свинины, 100 г шампиньонов, 70 г муки, 50 г сметаны, 150 мл молока, 40 мл растительного масла, 2 клубня вареного картофеля, по 1 яйцу, головке репчатого лука, кориандр, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, пропустите через мясорубку.

Картофель очистите, натрите на крупной терке.

Грибы и лук вымойте, очистите, мелко нарежьте, посолите, обжарьте на растительном масле. Яйцо взбейте с молоком, смешайте с мясом, картофелем, добавьте кориандр, посолите, сформируйте небольшие шарики, обваляйте их в муке, поместите в сковороду, залейте сметаной, положите грибы, готовьте 40 мин.

Куриные котлеты

Ингредиенты

800 г куриного филе, 70 г сливочного масла, по 50 г молотых ржаных сухарей, свиного жира, 1 яйцо, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, тонко нарежьте слегка отбейте. В центр каждого кусочка выложите масло, сверните, обмакните в яйце, посолите, затем запанируйте в сухарях. Обжаривайте на свином жире с двух сторон по 5 мин.

Утка с лапшой и грибами

Ингредиенты

Утиная тушка весом 1 кг, 150 г грибов, 70 г сливочного масла, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Для лапши: 500 г муки, 5 яиц, соль, 700 мл грибного бульона, 200 мл воды.

Способ приготовления

Утку вымойте, посолите, поперчите. Грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле, посолите. Для лапши смешайте муку, воду и яйца, замесите тесто, тонко его раскатайте, нарежьте соломкой, отварите в грибном бульоне до готовности. В утку положите грибы и лапшу, выложите ее на смазанный сливочным маслом противень, выпекайте при температуре 180 °С 1 ч, затем полейте грибным бульоном, готовьте еще 20 мин.

Куриная колбаса

Ингредиенты

500 г куриного филе, 150 мл сливок, 4 зубчика чеснока, 2 яйца, 1 ст. л. крахмала, 1 ч. л. желатина, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, пропустите через мясорубку.

Чеснок вымойте, очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Смешайте яйца, филе, чеснок, сливки, добавьте крахмал и желатин, посолите, поперчите. Положите получившуюся смесь в полиэтиленовый пакет, туго его сверните, опустите в кипящую воду на 1 ч. Готовую колбасу остудите, уберите в холодильник на 4 ч, выньте из пакета.

Холодец из свиных ножек

Ингредиенты

1,2 кг свиных ножек, 2 корня петрушки, по 1 головке репчатого лука, моркови, 6 горошин черного перца, 3 зубчика чеснока, соль, вода.

Способ приготовления

Свиные ножки вымойте, посолите, варите на слабом огне с перцем 3 ч. Овощи вымойте, очистите, лук и морковь разрежьте на две части, добавьте к свиными ножкам, готовьте еще 30 мин. Бульон процедите, мясо мелко нарежьте, залейте его бульоном, остудите, уберите в холодильник до застывания.

> *Холодец всегда был простонародным блюдом. В России и Украине после господского застолья его подавали прислуге и называлось оно студнем. Мясные остатки после праздника мелко нарезали, варили в бульоне и остужали.*

Куриный холодец

Ингредиенты

Курица весом 1 кг, 2 яйца, по 1 головке репчатого лука, моркови, 3 лавровых листа, 1 ст. л. желатина, черный молотый перец, соль, 1,4 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, крупно нарежьте. Яйца сварите, разрежьте на 4 части. Курицу вымойте, нарежьте, варите в соленой воде 2 ч, добавьте овощи, специи, варите еще 40 мин. Мелко нарежьте мясо, выложите в глубокую емкость, на него положите яйца. Бульон смешайте с желатином, залейте им курицу. Остудите и

уберите в холодильник до застывания.

Рыбные блюда

Сом с грибами

Ингредиенты

500 г филе сома, 200 г шампиньонов, 50 г муки, 2 головки репчатого лука, 100 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, нарежьте крупными кусочками, посолите, поперчите, запанируйте в муке, обжарьте с двух сторон на 50 мл растительного масла. Лук и грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на оставшемся масле до готовности. В кастрюлю ровным слоем выложите рыбу, затем грибы с луком, запекайте в духовке при температуре 120 ˚С 1 ч.

> *Рыба всегда занимала в украинской кухне особое место. Раньше использовали пресноводную рыбу: карпа, судака, карася, щуку или сома. Сейчас же во многие рецепты украинских блюд входит морская рыба.*

Фаршированный сом

Ингредиенты

1 кг сома, 40 г зелени укропа, 150 мл сливок, 2 яйца, по 1 моркови, головке репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, пропустите филе через мясорубку, посолите, поперчите. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте, смешайте с рыбным фаршем, положите его в рыбную кожу, выложите в кастрюлю, залейте сливками, запекайте в духовке при температуре 180 ˚С 40 мин. Готовое блюдо украсьте зеленью.

Сом с хреном

Ингредиенты

600 г сома, 100 г сметаны, 50 г тертого хрена, 50 мл растительного масла, зелень петрушки и укропа, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, нарежьте небольшими кусочками. Хрен смешайте со сметаной, посолите, поперчите. Сковороду

смажьте маслом, положите в нее рыбу, полейте сметаной, запекайте в духовке, нагретой до 160 °С, 1 ч. Перед подачей на стол посыпьте зеленью.

Караси в сметане

Ингредиенты

600 г карасей, 150 г сметаны, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 3 клубня картофеля, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, очистите. Картофель вымойте, очистите, разрежьте на две части, отварите в подсоленной воде до готовности. Смешайте сметану, муку и сливочное масло, поперчите, посолите. В сковороду выложите карасей, добавьте сметану, тушите 30 мин, затем выложите картофель, готовьте еще 10 мин.

Рулет из судака с горчично-сметанным соусом

Ингредиенты

1 кг судака, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, зелень, черный молотый перец, соль.

Для соуса: 100 г маринованных шампиньонов, 80 г сметаны, 1 соленый огурец, 60 мл растительного масла, 3 ст. л. горчицы.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, филе пропустите через мясорубку. Лук вымойте, очистите, нарежьте небольшими кубиками. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Смешайте рыбу, лук, уксус, яйца, посолите, поперчите, ровным слоем положите на противень, на фарш выложите зелень, сверните рулетом, запекайте 50 мин при температуре 160 °С. Для соуса грибы и огурцы измельчите в блендере, смешайте с горчицей, сметаной и маслом. Подавайте рыбу с соусом.

Глубцы с судаком

Ингредиенты

700 г судака, 150 г сметаны, 70 г ржаного хлеба, 50 г сливочного масла, по 1 вилку белокочанной капусты, головке репчатого лука, черный молотый перец, соль, 300 мл воды.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте. Лук очистите, пропустите через мясорубку с рыбой и хлебом, посолите, поперчите. Капусту разделите на листья, выложите на них рыбу, заверните. Сметану

смешайте с водой. Сковороду смажьте маслом, выложите в нее голубцы, добавьте сметану. Тушите 45 мин.

Фаршированная щука

Ингредиенты

1 кг щуки, 70 г манной крупы, 50 г сливочного масла, 2 вареных яйца, по 1 головке репчатого лука, свекле, моркови, черный молотый перец, соль, 200 мл молока.

Способ приготовления

Рыбу вымойте. Лук и морковь мелко нарежьте, свеклу натрите на крупной терке. Яйца нарежьте кубиками. Манную крупу сварите в молоке. Смешайте овощи, крупу, яйца, положите их в щуку, посолите, поперчите. Выложите рыбу на противень, запекайте 1 ч при температуре 120 °С.

Тушеный минтай

Ингредиенты

600 г филе минтая, 200 г свиного сала, 100 г томатной пасты, 4 клубня картофеля, по 2 головки репчатого лука, зубчика чеснока, 1 болгарский перец, зелень, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, нарежьте кусочками. Овощи вымойте, очистите, перец и картофель нарежьте соломкой, лук – полукольцами, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Обжарьте рыбу, затем овощи с томатной пастой на сале. В керамические горшочки выложите рыбу, овощи, посолите, поперчите, посыпьте мелко нарезанной зеленью, запекайте 20 мин при температуре 180 °С.

Медовый карп

Ингредиенты

800 г карпа, 50 г изюма, 40 г зелени петрушки, укропа, 1 головка репчатого лука, 3 ст. л. меда, 2 ст. л. желатина.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, нарежьте кусочками. Зелень вымойте, мелко нарежьте, изюм замочите на 30 мин. Лук очистите, мелко нарежьте. Карпа сварите, отвар процедите, добавьте в него желатин, мед, изюм и лук, доведите до кипения, залейте им карпа, охладите, уберите в холодильник на 3 ч.

Карп с чесноком

Ингредиенты

600 г карпа, 50 г зелени укропа, 70 мл растительного масла, 2 зубчика чеснока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, нарежьте кусочками. Чеснок вымойте, очистите, разрежьте на две части. Карпа натрите чесноком, посолите, поперчите, обжарьте на масле. Перед подачей на стол посыпьте рыбу мелко нарезанной зеленью.

Треска в томатном маринаде

Ингредиенты

600 г трески, 100 г муки, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, нарежьте крупными кусочками.

Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте. Рыбу запанируйте в муке, посолите, поперчите, обжарьте на масле с двух сторон до готовности. Овощи выложите на сковороду, тушите 20 мин. Перед подачей на стол на рыбу положите овощи.

В Украине есть много музеев и мемориалов, посвященных традиционной кухне. Они пользуются большой популярностью как у местных жителей, так и у туристов. В Черкассах, например, в 2006 г. был установлен памятник варенику, а в Полтаве – галушке. В Львове есть музей сала.

Хек в пиве

Ингредиенты

600 г филе хека, 70 г муки, 150 мл темного пива, 50 мл растительного масла, 1 яйцо, 1 ст. л. лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, нарежьте крупно. Пиво смешайте с яйцом, лимонным соком, посолите, поперчите, залейте им рыбу, уберите в холодильник на 2 ч. Филе запанируйте в муке, обжаривайте с двух сторон на растительном масле.

Форель с чесноком

Ингредиенты

700 г филе форели, 60 г муки, 2 зубчика чеснока, зелень, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу слегка отбейте, посолите, поперчите.

Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. На филе положите чеснок, сверните рулетом, запекайте 50 мин при температуре 120 °С. Готовое блюдо украсьте зеленью.

Рыбные котлеты

Ингредиенты

1 кг филе судака, 100 г сливочного масла, 70 г панировочных сухарей, 50 г зелени укропа, 2 яйца, 70 мл растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, нарежьте небольшими тонкими пластинками. Зелень вымойте, мелко нарежьте.

На каждую пластину выложите сливочное масло, зелень, посолите, поперчите, сверните в форме котлеты. Обмакните котлеты в яйцо, запанируйте в муке. Обжаривайте котлеты на растительном масле с двух сторон до готовности.

Запеченные котлеты из судака

Ингредиенты

300 г филе судака, 120 г панировочных сухарей, 100 г пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, 150 мл сливок, 100 мл молока, соль.

Способ приготовления

Хлеб замочите в молоке на 10 мин. Филе вымойте, пропустите с хлебом через мясорубку, посолите, сформируйте небольшие котлеты. Сливки взбейте, добавьте масло. На противень выложите котлеты, полейте их сливками. Запекайте в духовке при температуре 120 °С 45 мин.

Рыбные котлеты с грибами

Ингредиенты

500 г морского окуня, 400 г шампиньонов, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 100 мл рыбного бульона, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Окуня вымойте, разделайте, филе мелко нарежьте. Грибы и

овощи вымойте, очистите, лук и грибы нарежьте небольшими кусочками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Смешайте рыбу, овощи и грибы, посолите, поперчите, сформируйте котлеты. Обжарьте на масле с двух сторон по 10 мин, затем в сковороду с котлетами влейте бульон, готовьте еще 20 мин.

Рыбные котлеты с соусом

Ингредиенты

500 г хека, по 100 г сливочного масла, сметаны, 70 г панировочных сухарей, 3 клубня картофеля, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, картофель отварите до готовности. Рыбу вымойте, разделайте, филе пропустите через мясорубку с картофелем и луком, посолите, хорошо перемешайте, сформируйте котлеты. Запанируйте их в сухарях, обжарьте с двух сторон до готовности на растительном масле. В отдельной посуде растопите сливочное масло со сметаной и лимонным соком. Перед подачей на стол котлеты полейте соусом.

Рыбные шарики

Ингредиенты

400 г филе трески, 100 г пармезана, 70 г муки, 50 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, пропустите через мясорубку.

Сыр натрите на крупной терке. Овощи вымойте, очистите, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, лук мелко нарежьте. Смешайте рыбу, сыр и овощи, посолите, сформируйте небольшие шарики, запанируйте их в муке. Противень смажьте маслом, выложите на него рыбные шарики, готовьте при температуре 120 ˚С 50 мин.

Рыбная запеканка

Ингредиенты

500 г филе судака, 50 г сливочного масла, 150 мл сливок, 5 яиц, 3 клубня картофеля, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте. Картофель вымойте, очистите.

Рыбу и картофель отварите в подсоленной воде до готовности, затем пропустите через мясорубку.

Яйца взбейте со сливками, посолите, поперчите. Противень смажьте маслом, ровным слоем выложите на него картофель с рыбой, залейте яичной смесью. Запекайте при температуре 180 °С 20 мин.

Рыбные хлебцы

Ингредиенты

500 г филе трески, 250 г брынзы, 50 г сливочного масла, по 1 головке репчатого лука, моркови, яйцу, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, мелко нарежьте. Сыр натрите на крупной терке. Овощи очистите, пропустите через мясорубку. Смешайте овощи, рыбу, посолите, разделите фарш на 7 частей, сформируйте тонкие лепешки. Сыр смешайте с яйцом, запанируйте в смеси лепешки, обжарьте с двух сторон.

Каши

Рождественская кутья

Ингредиенты

300 г пшенной крупы, 100 г мака, 70 г молотых грецких орехов, 30 г цельных ядер грецких орехов, 4 ст. л. меда, 3 ст. л. сахара, 500 мл воды.

Способ приготовления

Крупу отварите в воде с сахаром. Мак смешайте с медом и молотыми орехами, добавьте в крупу, перемешайте. Украсьте кутью цельными орехами.

> *Кутья – основное обрядовое блюдо. На Рождество после ее приготовления смотрели на зерна, если они поднялись – на благополучие, а если запали – плохая примета.*

Гречневая каша

Ингредиенты

300 г гречневой крупы, 50 г сливочного масла, 300 мл молока, 150 мл воды, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Крупу вымойте, залейте водой и молоком, посолите, сварите. Подавайте со сливочным маслом.

Гречневая каша со сметаной

Ингредиенты

250 г гречневой крупы, 150 г сметаны, 70 г сливочного масла, 550 мл молока, 2 ст. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Крупу отварите в молоке, посолите, добавьте сахар. Сковороду смажьте маслом, выложите на нее крупу, полейте сметаной. Тушите 15 мин.

Обжаренная манная каша

Ингредиенты

200 г манной крупы, 50 г сливочного масла, 400 мл молока, 2 яйца, 1 ч. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Крупу сварите в молоке до готовности, добавьте сахар, посолите. Яйца взбейте, смешайте с кашей, слегка обжарьте на масле.

Рисовая каша с грибами

Ингредиенты

100 г пропаренного риса, 200 г шампиньонов, 50 г сливочного масла, 400 мл грибного бульона, соль.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин, затем отварите в грибном бульоне до готовности. Грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте, посолите, обжарьте на масле 15 мин. Смешайте грибы и рис.

Рисовая каша с сыром

Ингредиенты

200 г риса, 100 г российского сыра, 70 г изюма, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, соль, 600 мл воды.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин, отварите в соленой воде. Изюм замочите на 1 ч, сыр натрите на крупной терке. Смешайте сыр, рис, изюм, добавьте яйцо, масло, запекайте в духовке при 100 ˚С 15 мин.

Рисовая каша с яблоками

Ингредиенты

150 г риса, по 100 г сахара, сметаны, 2 яблока, 500 мл воды.

Способ приготовления

Рис отварите. Яблоки нарежьте. На противень выложите рис, яблоки, посыпьте сахаром, залейте сметаной. Запекайте 20 мин при 120 ˚С.

Рисовая каша с изюмом

Ингредиенты

300 г риса, 100 г изюма, по 70 г сливочного масла, сметаны, 50 г сухарей, 3 яйца, корица, соль.

Способ приготовления

Изюм замочите на 30 мин. Рис отварите в соленой воде, смешайте его с яйцами, изюмом, добавьте масло, корицу, посолите. Сковороду посыпьте сухарями, выложите рис с изюмом,

готовьте 20 мин. Подавайте кашу со сметаной.

Овсяная каша с клубникой

Ингредиенты

200 г овсяной крупы, 150 г клубники, 50 г сливочного масла, 400 мл молока, 1 ст. л. сахара.

Способ приготовления

Крупу отварите в молоке. Клубнику вымойте, разрежьте пополам. Смешайте клубнику, сахар и крупу, запекайте 10 мин при температуре 160 °С.

Пшенная каша с сухофруктами

Ингредиенты

150 г сухофруктов, по 100 г пшенной крупы, сахара, 400 мл молока.

Способ приготовления

Сухофрукты замочите на 1 ч. Пшено отварите в молоке до готовности, добавьте фрукты и сахар, варите еще 15 мин.

Пшенная каша с черносливом

Ингредиенты

250 г пшенной крупы, 150 г чернослива, 70 г сливочного масла, соль, 700 мл воды.

Для подливы:

200 г чернослива, 4 ст. л. сахара, ванилин, 200 мл воды.

Способ приготовления

Крупу отварите в подсоленной воде до готовности, чернослив замочите на 30 мин, затем все смешайте, добавьте масло, посолите. Для подливы чернослив мелко нарежьте, варите 20 мин, смешайте с сахаром и ванилином. Кашу подавайте с подливой.

Пшенная каша с картофелем

Ингредиенты

300 г пшенной крупы, 100 г свиного сала, 3 клубня картофеля, по 1 головке репчатого лука, яйцу, зелень, соль, 700 мл воды.

Способ приготовления

Картофель вымойте, очистите, отварите с крупой в подсоленной воде до готовности. Лук вымойте, очистите, мелко

нарежьте, обжарьте на сале до золотистого цвета, посолите. Смешайте лук, крупу, картофель и яйцо, запекайте в духовке при температуре 180 ˚С 20 мин. Готовую кашу посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Пшенная каша с лисичками

Ингредиенты

350 г лисичек, 250 г пшенной крупы, 100 г свиного жира, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль, 600 мл воды.

Способ приготовления

Грибы и лук вымойте, очистите, крупно нарежьте, обжарьте на свином жире до готовности. Крупу варите в подсоленной воде 25 мин. Смешайте грибы, пшено и лук, посолите, поперчите.

Ячневая каша с творогом

Ингредиенты

500 г творога, 400 г ячневой крупы, 150 г сметаны, 100 г сливочного масла, 1 л молока, 3 яйца, 2 ч. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Положите в кипящее молоко крупу, сахар, посолите, варите до готовности. Затем кашу смешайте со сметаной, яйцами, творогом, запекайте 15 мин в духовке при температуре 160 ˚С. В готовую кашу положите сливочное масло.

Тыквенная каша

Ингредиенты

1 кг тыквы, 150 г пшенной крупы, 70 г сливочного масла, 50 г изюма, 500 мл молока, ванилин, сахар.

Способ приготовления

Тыкву вымойте, очистите, нарежьте небольшими кубиками. Изюм замочите на 30 мин. В молоке сварите тыкву и крупу до готовности, тыкву разомните. Смешайте тыкву, крупу, изюм, добавьте ванилин, масло и сахар.

Каша из баклажанов

Ингредиенты

3 баклажана, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, баклажаны нарежьте кружочками, лук полукольцами. Баклажаны запекайте в духовке при температуре 160 ˚С до готовности, лук обжаривайте на масле до золотистого цвета. Смешайте лук и баклажаны, пропустите через мясорубку, добавьте уксус, посолите поперчите, запекайте 15 мин в духовке при температуре 180 ˚С.

Каша из кабачков

Ингредиенты

2 кабачка, 3 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, зелень, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, кабачки натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Сковороду смажьте маслом, выложите в нее овощи, посолите, жарьте до готовности. Готовое блюдо остудите, перед подачей на стол посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Грибная каша

Ингредиенты

400 г шампиньонов, 100 г сметаны, 50 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль, вода.

Способ приготовления

Грибы вымойте. Лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, обжарьте на масле, посолите, поперчите. Грибы отварите в подсоленной воде, пропустите через мясорубку, смешайте с луком и чесноком, добавьте сметану.

Каша с квашеной капустой

Ингредиенты

200 г квашеной капусты, по 100 г риса, пшенной крупы, 150 г сметаны, 60 г сливочного масла, 2 яйца, соль, 500 мл молока, 600 мл воды.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин, отварите. Пшенную крупу сварите в молоке. Смешайте рис, пшено, добавьте сметану, яйца, масло, посолите, запекайте при температуре 90 ˚С 20 мин, затем перемешайте кашу с капустой.

Закуски

Форшмак с сыром

Ингредиенты

300 г филе сельди, по 100 г сливочного масла, российского сыра, 70 г пшеничного хлеба, 30 г зелени петрушки, 100 мл молока, 1 ст. л. горчицы, красный молотый перец.

Способ приготовления

Хлеб замочите в молоке, затем пропустите через мясорубку с филе. Сыр натрите на крупной терке, смешайте с сельдью, сметаной, горчицей, добавьте сливочное масло, поперчите, все хорошо перемешайте, уберите в холодильник на 1 ч.

Яйца с хреном

Ингредиенты

3 яйца, 70 г сметаны, 2 ст. л. тертого хрена, зелень, соль.

Способ приготовления

Яйца сварите вкрутую, разрежьте вдоль пополам, выньте желток. Смешайте желток, сметану и хрен, посолите, положите в белки, украсьте зеленью.

Рулеты из ветчины

Ингредиенты

300 г ветчины, 80 г сметаны, 70 г российского сыра, 3 зубчика чеснока, 2 вареных яйца, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Ветчину нарежьте ломтиками. Сыр и яйца натрите на крупной терке, добавьте сметану, посолите, смесь выложите на ветчину, сверните рулетом, уберите в холодильник на 30 мин.

Фаршированные грибы

Ингредиенты

150 г крупных шампиньонов, 100 г пшеничных сухарей, 70 г сливочного масла, 40 г зелени укропа, петрушки, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Грибы вымойте, отделите шляпки от ножек. Сухари

измельчите в блендере, смешайте с нарезанной зеленью, маслом. Лук очистите, нарежьте, добавьте в сухари, посолите, поперчите. Выложите начинку в грибные шляпки, запекайте 20 мин при 120 ˚С.

Фаршированные баклажаны

Ингредиенты

3 баклажана, по 2 помидора, зубчика чеснока, 100 г российского сыра, 80 г майонеза, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, баклажаны нарежьте вдоль тонкими пластинками, помидоры нарежьте кубиками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Сыр натрите на крупной терке. Противень смажьте маслом, положите на него баклажаны, смажьте их майонезом, затем выложите помидоры, посыпьте сыром, посолите. Запекайте при температуре 120 ˚С 20 мин.

> *В Украине баклажаны появились поздно, уже в конце XIX в. Долгое время не могли придумать, в каком виде употреблять их в пищу, многие считали их слишком горькими. Только в XX в. украинцы стали активно готовить разнообразные блюда из этого овоща.*

Кабачок с чесноком

Ингредиенты

1 кабачок, 4 зубчика чеснока, 80 г сметаны, 50 г муки, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, кабачок нарежьте кружками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Кабачок посолите, запанируйте в муке, обжарьте на масле. Сметану смешайте с чесноком. Половину кабачков выложите на блюдо, смажьте сметаной, посыпьте сыром, так же выложите второй слой, поместите в холодильник на 30 мин.

Редька в сметане

Ингредиенты

2 редьки, 150 г сметаны, 70 г зеленого лука, 1 ст. л. уксуса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Редьку вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Лук вымойте, мелко нарежьте. Редьку смешайте со сметаной, добавьте уксус, соль, перец, запекайте 10 мин в духовке при температуре 120 ˚С. Остудите, добавьте зеленый лук.

Свекла с хреном

Ингредиенты

2 свеклы, 3 ст. л. тертого корня хрена, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, очистите, запеките до готовности, натрите на крупной терке. Смешайте свеклу с хреном, влейте уксус, посолите, поперчите, уберите в холодильник на 3 ч.

В Украину свекла попала с Востока и из Индии в XV веке и в первое время считалась деликатесом. Зачастую ели только ее листья, а из корнеплодов готовили лекарства.

Свекла с капустой и ветчиной

Ингредиенты

2 свеклы, по 1 яблоку, огурцу, яйцу, 0,5 вилка белокочанной капусты, 200 г ветчины, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, зелень, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите. Свеклу нарежьте тонкими ломтиками, капусту, огурец и яблоко нашинкуйте соломкой. Свеклу обжарьте на масле до полуготовности. Измельченные овощи смешайте с яйцом и ветчиной, посолите, поперчите, запекайте в духовке при температуре 100 ˚С 10 мин, затем выложите на свеклу, залейте сметаной, украсьте зеленью.

27 августа в Украине отмечается день сала. В этот день жители страны устраивают гуляния, посещают музей «Сало» во Львове, где можно не только попробовать это блюдо, но и посмотреть на композиции и скульптуры из сала.

Хлеб со свиным салом

Ингредиенты

400 г ржаного хлеба, 100 г сала, 3 зубчика чеснока, соль.

Способ приготовления

Хлеб нарежьте ломтиками. Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Сало растопите на сковороде, добавьте чеснок, выложите хлеб, обжарьте с двух сторон до золотистого цвета.

Салаты

Мясной салат

Ингредиенты

400 г филе нежирной свинины, 250 г сметаны, 4 вареных яйца, 3 клубня картофеля, 2 соленых огурца, 1 ст. л. горчицы, тмин, соль.

Способ приготовления

Мясо и картофель вымойте, сварите, мелко нарежьте. Яйца и огурцы нарежьте соломкой. Смешайте яйца, мясо и овощи, добавьте сметану, горчицу, тмин, соль. Уберите в холодильник на 1 ч.

Салат с курицей и лисичками

Ингредиенты

400 г куриного филе, 300 г лисичек, 50 г зелени укропа, 2 вареных яйца, 80 мл оливкового масла, 40 мл растительного масла, 2 ч. л. лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, отварите до готовности, затем мелко нарежьте. Грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле, посолите, поперчите. Яйца нарежьте небольшими кубиками, укроп мелко нарежьте. Смешайте все компоненты, добавьте лимонный сок, заправьте оливковым маслом, хорошо перемешайте.

Салат с курицей и зеленым горошком

Ингредиенты

300 г куриного филе, 120 г сметаны, 100 г консервированного зеленого горошка, 50 г муки, 4 соленых огурца, 3 клубня картофеля, 2 яйца, 150 мл молока, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, пропустите через мясорубку.

Огурцы мелко нарежьте. До готовности отварите картофель, затем очистите и нарежьте небольшими кубиками. Яйца взбейте с молоком, добавьте муку и куриный фарш, хорошо перемешайте, сформируйте небольшие шарики, отварите их. Смешайте овощи и горошек, посолите, заправьте сметаной, выложите куриные шарики.

Телятина по праву считается одним из самых полезных видов мяса. В ее состав входят хорошо усваиваемые аминокислоты, фосфор, магний, калий, медь, цинк и железо. Причем при варке эти вещества сохраняются.

Салат с лососем

Ингредиенты

300 г копченого лосося, 150 г зеленого винограда без косточек, сметаны, по 100 г молотых грецких орехов, российского сыра, 3 вареных яйца, 1 головка репчатого лука, соль.

Способ приготовления

Рыбу, яйца и лук мелко нарежьте. Ягоды винограда разрежьте пополам. Сыр натрите на крупной терке. В глубокую емкость выложите слоями яйца, сыр, рыбу, лук, виноград, посыпьте орехами, залейте сметаной, посолите.

Салат с сельдью

Ингредиенты

300 г сельди, 150 г сметаны, 4 клубня картофеля, по 2 яблока, болгарских перца, по 1 соленому огурцу, головке репчатого лука, 1 ст. л. 9 %-ного уксуса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сельдь нарежьте небольшими кусочками. Картофель крупно нарежьте, отварите. Лук, огурец и перец мелко нарежьте. Яблоки натрите на крупной терке. Картофель разомните, смешайте с яблоками, сельдью и овощами, посолите, поперчите, добавьте уксус и сметану. Уберите в холодильник на 2 ч.

Салат овощной

Ингредиенты

4 помидора, 3 огурца, 2 зубчика чеснока, 1 морковь, 3 перышка зеленого лука, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. 9 %-ного уксуса, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры нарежьте небольшими дольками, огурцы и морковь соломкой, лук и чеснок мелко нарежьте. Смешайте масло и уксус, посолите, поперчите, добавьте в овощи, хорошо перемешайте, уберите в холодильник на 20 мин.

Салат с тыквой

Ингредиенты

300 г тыквы, 200 г сметаны, 50 г тертого хрена, 1 головка репчатого лука, 1 ст. л. горчицы, зелень, соль.

Способ приготовления

Лук мелко нарежьте, тыкву натрите на крупной терке. Сметану смешайте с хреном, горчицей и мелко нарезанной зеленью, заправьте тыкву с луком, посолите, уберите в холодильник на 2 ч.

Салат с картофелем

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 2 соленых огурца, по 1 яйцу, головке репчатого лука, 100 г сметаны, 50 г зеленого лука, 2 ч. л. лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите. Картофель крупно нарежьте, лук мелко, огурцы тонкой соломкой. Картофель и яйцо отварите, яйцо мелко нарежьте. Репчатый лук смешайте со сметаной, соком. В картофель добавьте яйца, огурцы, зеленый лук, посолите, полейте сметаной.

Салат с квашеной капустой

Ингредиенты

500 г квашеной капусты, 50 г молотых грецких орехов, по 2 моркови, яблока, 1 зубчик чеснока, 70 мл растительного масла, 1 ч. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Овощи и яблоки вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Смешайте овощи, яблоки, добавьте орехи, сахар, слегка посолите, влейте масло, хорошо перемешайте.

Салат со свеклой и яблоками

Ингредиенты

150 г молотых грецких орехов, 100 г чернослива без косточек, 80 г сметаны, 2 яблока, 1 свекла, 1 ст. л. лимонного сока, соль.

Способ приготовления

Чернослив замочите на 1 ч. Свеклу и яблоки вымойте, очистите, яблоки нарежьте мелко. Свеклу отварите до готовности, затем нарежьте тонкой соломкой. Смешайте чернослив, яблоки и

свеклу, добавьте лимонный сок, посолите, заправьте сметаной, перемешайте. Перед подачей на стол салат посыпьте грецкими орехами.

Салат из лука с редькой

Ингредиенты

3 редьки, 1 головка репчатого лука, 20 г зелени укропа, 70 мл кукурузного масла, 1 ст. л. 9 %-ного уксуса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, редьку натрите на крупной терке, лук нарежьте полукольцами. Укроп вымойте, мелко нарежьте. В овощи влейте уксус, масло, посолите, поперчите, посыпьте укропом.

Салат из огурцов и арбуза

Ингредиенты

3 соленых огурца, 2 вареных яйца, 150 г соленого арбуза, 60 мл растительного масла, зелень укропа.

Способ приготовления

Огурцы и яйца нарежьте мелкими кубиками, арбуз тонкими ломтиками. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Смешайте огурцы, арбуз, яйца и зелень, заправьте маслом, перемешайте.

Салат с горохом

Ингредиенты

200 г гороха, 100 г сметаны, 2 моркови, 1 головка репчатого лука, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Горох замочите на 3 ч, затем отварите до готовности. Овощи вымойте, очистите, лук мелко нарежьте, морковь отварите до готовности, нарежьте небольшими кубиками. Смешайте горох и овощи, посолите, поперчите, заправьте сметаной.

Салат с баклажанами и фасолью

Ингредиенты

3 баклажана, 1 головка репчатого лука, 150 г фасоли, 100 г сметаны, 60 мл растительного масла, 2 ст. л. сахара, зелень, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 3 ч, затем отварите. Овощи вымойте, очистите, нарежьте небольшими кубиками, посолите, поперчите, добавьте сахар, обжарьте на масле. Смешайте фасоль и овощи, заправьте сметаной, посыпьте нарезанной зеленью.

Салат с творогом

Ингредиенты

300 г творога, 200 г сметаны, 100 г зеленого салата, 1 ст. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Салат вымойте, крупно нарежьте. Сметану смешайте с творогом, добавьте сахар, салат. Уберите блюдо в холодильник на 30 мин.

Варенье, повидло

Грушевое варенье

Ингредиенты

4 кг груш, 3 кг сахара, 2 л воды.

Способ приготовления

Груши вымойте, крупно нарежьте. Воду доведите до кипения, всыпьте сахар, доведите до полного его растворения затем добавьте груши, варите 20 мин. Уберите варенье в прохладное место на 5 ч, затем еще раз проварите в течение 1 ч, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Вишневое варенье

Ингредиенты

3 кг сахара, 2 кг вишни, 2 л воды.

Способ приготовления

Вишню вымойте, удалите косточки. Сахар смешайте с водой, доведите до кипения, готовьте 30 мин, затем добавьте вишню, варите 30 мин. Потом охладите, затем проварите варенье еще 3 раза. Готовое варенье остудите, разложите по стерилизованным банкам, закатайте крышками.

> *Вишневое варенье часто используют для украшения выпечки и различных десертов, добавляют в тесто. Очень популярны в Украине торты и пирожные с вишневым вареньем, его также используют как начинку к блинчикам или подают с сырниками и оладьями.*

Варенье из вишни с косточками

Ингредиенты

2 кг сахара, 1,5 кг вишни, 500 мл воды.

Способ приготовления

Вишню вымойте, смешайте сахаром, варите 15 мин, затем влейте воду, готовьте еще 10 мин. Проварите еще 2 раза по 15 мин, затем переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Варенье из крыжовника

Ингредиенты

1 кг крыжовника, 800 г сахара, 1 апельсин, 1 л воды.

Способ приготовления

Крыжовник и апельсин вымойте. Цедру апельсина натрите на мелкой терке. В воде растворите сахар, добавьте крыжовник, цедру, варите 15 мин. Затем ягоду выложите на противень, подсушите в духовке при температуре 40 °С 20 мин, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Абрикосовое варенье

Ингредиенты

1,7 кг сахара, 1,5 кг абрикосов, 1 л воды.

Способ приготовления

Абрикосы вымойте, разрежьте пополам, удалите косточки. Выньте ядрышки, измельчите. В воде растворите сахар, добавьте абрикосы и ядрышки, доведите до кипения и готовьте 20 мин. Остудите и проварите еще три раза по 20 мин, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Варенье из черной бузины

Ингредиенты

По 2 кг черной бузины, сахара, 1 ч. л. корицы.

Способ приготовления

Бузину вымойте, засыпьте с сахаром, оставьте на 20 мин, затем перемешайте, варите 40 мин. Варенье остудите, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Варенье из одуванчиков

Ингредиенты

1,5 кг сахара, 1 кг цветков одуванчиков, 2 лимона, 500 мл воды.

Способ приготовления

Одуванчики вымойте, замочите на один день.

Лимон вымойте, очистите, натрите на крупной терке, смешайте с одуванчиками, добавьте сахар, воду, варите 40 мин, затем переложите в стерилизованные банки и закатайте крышками.

Варенье из сирени

Ингредиенты

1,7 кг сахара, 1,5 кг цветков сирени, 2 лимона, 500 мл воды.

Способ приготовления

Лимон вымойте, очистите, мелко нарежьте.

Сирень вымойте, залейте водой, варите в течение 30 мин, добавьте лимон и сахар, варите до полного растворения сахара. Готовое варенье переложите в стерилизованные банки и закатайте крышками.

Малиновое варенье

Ингредиенты

3 кг малины, 2 кг сахара, 200 мл воды.

Способ приготовления

Залейте кипящей водой малину, затем ягоду протрите через сито, засыпьте сахаром. Варите малину 30 мин, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Яблочное повидло

Ингредиенты

5 кг яблок, 2,5 кг сахара.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, очистите, удалите сердцевину, натрите на крупной терке. На слабом огне варите 20 мин, добавьте сахар, готовьте еще 25 мин, постоянно помешивая. Повидло остудите, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Повидло из рябины

Ингредиенты

1,5 кг рябины, 1 кг сахара, 700 мл воды.

Способ приготовления

Рябину вымойте, залейте водой, варите 20 мин.

Затем ягоду протрите через сито, засыпьте сахаром, оставьте на 3 ч, варите 35 мин. Готовое варенье остудите, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Повидло из красной смородины

Ингредиенты

По 2 кг красной смородины, сахара.

Способ приготовления

Ягоду вымойте, слегка разомните, засыпьте сахаром, уберите в холодильник на 3 ч. Затем проварите в течение 30 мин,

остудите, переложите в стерилизованные банки, закатайте крышками.

Моченые и вяленые фрукты и ягоды

Моченые яблоки

Ингредиенты

2 кг яблок, 500 г листьев черной смородины, 250 г сахара, 1 ч. л. соли, 3 л воды.

Способ приготовления

Яблоки вымойте. Воду вскипятите, добавьте сахар и соль. Емкость застелите листьями смородины, выложите яблоки, еще один слой листьев, залейте водой, оставьте в прохладном месте на 20 дней. Первые 3 дня проверяйте уровень жидкости в яблоках, при необходимости доливайте воду.

Моченые яблоки с черной смородиной

Ингредиенты

4 кг яблок, 400 г черной смородины, 200 г сахара, 100 г листьев черной смородины, 2 ст. л. соли, 2 л воды.

Способ приготовления

Яблоки и смородину вымойте. В глубокую емкость выложите яблоки, на них ровным слоем смородину, затем листья. Воду вскипятите, добавьте сахар, соль, перелейте в емкость с яблоками и ягодой, накройте полотенцем, крышкой, прижмите грузом, уберите в прохладное место на 20 дней.

Моченые груши

Ингредиенты

3 кг груш, 600 г листьев вишни, 150 г меда, 50 г листьев черной смородины, 3 л воды.

Способ приготовления

Груши вымойте. Воду вскипятите с медом и листьями черной смородины. На дно глубокой емкости выложите листья вишни, на них – груши, накройте листьями вишни, влейте воду. Уберите емкость в холодное место на 25 дней. Первые 2 дня проверяйте количество воды, при необходимости доливайте жидкость.

Моченая слива

Ингредиенты

3 кг сливы, 150 г сахара, 1,5 ст. л. соли, 2 л воды.

Способ приготовления

Сливы вымойте, выложите в глубокую емкость.

Воду вскипятите, добавьте сахар, соль, залейте сливы, накройте емкость. Оставьте в теплом месте на 3 дня, затем уберите в прохладное место на 3 недели.

Моченая смородина

Ингредиенты

2 кг красной смородины, 4 ст. л. меда, корица, 500 мл воды.

Способ приготовления

Смородину вымойте, положите в стерилизованные банки. Воду вскипятите, добавьте мед, корицу, остудите, залейте смородину. Банки закатайте крышками и уберите в прохладное место.

Моченая брусника

Ингредиенты

3 кг брусники, 5 ст. л. меда, 1 ст. л. соли, 1 ч. л. гвоздики, 1 л воды.

Способ приготовления

Бруснику вымойте, выложите в стерилизованные банки. Воду вскипятите, добавьте мед, гвоздику, соль. Сироп остудите, залейте им бруснику, закройте крышками, уберите в холодное место на 20 дней.

Мочение – один из способов консервирования, широко распространенный в украинской кулинарии. Моченые фрукты и ягоды употребляют как самостоятельное блюдо, добавляют как приправу к мясу и овощам.

Моченая клюква

Ингредиенты

2 кг клюквы, 3 л воды.

Способ приготовления

Клюкву положите в стерилизованные банки, залейте водой. Уберите в холодное место на 3 недели.

Вяленые яблоки с тыквой

Ингредиенты

2 кг яблок, 1 кг тыквы, 500 г сахара.

Способ приготовления

Яблоки и тыкву вымойте, очистите, нарежьте небольшими кусочками, засыпьте сахаром, уберите в прохладное место на один день. Затем слейте сок, яблоки и тыкву выложите на противень, уберите в духовку, нагретую до 70 °С, на 20 мин, переложите в стерилизованные банки, закройте крышками.

Вяленый крыжовник

Ингредиенты

2 кг зеленого крыжовника, 400 г сахара.

Способ приготовления

Ягоды вымойте, наколите, засыпьте сахаром, накройте крышкой, поставьте груз, уберите в холодное место на 10 ч. Затем проварите ягоды на слабом огне 10 мин, выложите их на противень, сушите в духовке при температуре 70 °С 15 мин. Переложите в стерилизованные банки, закройте крышками, уберите в прохладное место.

Вяленая вишня

Ингредиенты

2 кг вишни, 600 г сахара, 700 мл воды.

Способ приготовления

Вишню вымойте, удалите косточки. Сахар растворите в воде, положите вишню, проварите 7 мин.

Выложите ягоды на противень, уберите в сухое место на 4 дня, затем переверните, оставьте еще на 5 дней, переложите в банки.

Мучные блюда

Блины

Ингредиенты

По 200 г гречневой муки, пшенной крупы, 150 г сметаны, 100 г топленого масла, 60 г сливочного масла, 50 г сахара, 2 яйца, 2 ч. л. дрожжей, 1 л молока.

Способ приготовления

Пшено сварите. Яйца взбейте. 150 мл молока доведите до кипения, добавьте муку, сливочное масло, замесите тесто, оставьте на 30 мин. Дрожжи растворите в оставшемся молоке, добавьте крупу, яйца, перемешайте. Соедините тесто с пшеном, перемешайте, выпекайте блины на топленом масле. К столу с блинами подавайте сметану.

Вареники с картофелем

Ингредиенты

400 г муки, 300 г картофельного пюре, 100 г сметаны, 2 яйца, 3 ч. л. сахара, 1 ч. л. соли, 200 мл воды.

Способ приготовления

Муку смешайте с сахаром, яйцами, влейте воду, посолите, замесите тесто, оставьте его на 30 мин. Затем тесто тонко раскатайте, вырежьте кружочки, выложите на них картофельное пюре, защипните края. В кипящую воду запустите вареники, варите 10 мин. Подавайте со сметаной.

Вареники со свининой

Ингредиенты

400 г муки, 1 яйцо, соль, 200 мл воды.

Для начинки:

500 г мякоти свинины, по 50 г сливочного масла, свиного сала, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Муку просейте, смешайте с яйцом и водой, посолите, замесите тесто. Мясо, сало и лук мелко нарежьте, обжарьте на масле, посолите, поперчите. Тесто раскатайте, вырежьте кружочки, выложите на них начинку, защипните края. Варите вареники в соленой воде.

Вареники с печенью и салом

Ингредиенты

400 г муки, 1 яйцо, соль, 200 мл воды.

Для начинки:

400 г куриной печени, 150 г сала, 50 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Муку смешайте с яйцом, добавьте воду, посолите, замесите тесто. Печень вымойте, нарежьте небольшими кусочками, сварите, пропустите через мясорубку с салом и луком, посолите, поперчите, обжаривайте на масле 10 мин. Тесто тонко раскатайте, вырежьте кружки, на них положите начинку, защипните края. Варите 10 мин.

На Полтавщине раньше делали начинку для вареников из муки: сало поджаривали, в выделившийся кипящий жир добавляли муку, хорошо перемешивали. Эту зажарку охлаждали и клали как начинку в вареники. Их называли «вареники с песком».

Вареники с грибами

Ингредиенты

300 г муки, 200 г шампиньонов, 100 г сливочного масла, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 130 мл молока, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. соли.

Способ приготовления

Яйца взбейте, всыпьте в них муку, влейте молоко, добавьте 50 г сливочного масла, посолите, замесите тесто, уберите его в теплое место на 15 мин. Для начинки грибы и лук вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле до готовности. Тесто тонко раскатайте, вырежьте большие кружочки, выложите на них начинку, сформируйте вареники, сварите их в кипящей воде. Перед подачей на стол вареники полейте растопленным сливочным маслом.

Вареники с грибами и капустой

Ингредиенты

400 г муки, 2 яйца, соль, 200 мл воды, *Для начинки:* 700 г квашеной капусты, 200 г шампиньонов, по 50 г сливочного масла, растительного масла, 1 головка репчатого лука, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

В муку вбейте яйцо, влейте воду, посолите, замесите тесто, тонко его раскатайте. Для начинки грибы и лук очистите, мелко нарежьте, обжарьте на растительном масле до готовности, затем смешайте с капустой, поперчите, посолите. Из теста вырежьте небольшие кружочки, выложите на них начинку, сформируйте вареники, варите в кипящей воде 10 мин. На стол вареники подавайте со сливочным маслом.

Вареники с гречневой кашей

Ингредиенты

100 г муки, 50 г сала, 1 яйцо, 0,5 ч. л. соли, 70 мл воды.

Для начинки:

70 г гречневой крупы, 2 головки репчатого лука, 50 мл растительного масла.

Способ приготовления

Муку смешайте с яйцом, водой, посолите, замесите тесто. 1 головку репчатого лука обжарьте на сале до золотистого цвета. Для начинки крупу отварите. Лук очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле, смешайте с крупой. Тесто тонко раскатайте, вырежьте кружочки, выложите на них начинку, сформируйте вареники, отварите их в соленой воде. Перед подачей добавьте лук с салом.

Вареники с творогом

Ингредиенты

300 г муки, 1 яйцо, соль, 100 мл воды. *Для начинки:* 500 г творога, 100 г сметаны, 70 г сахара, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, корица.

Способ приготовления

Муку смешайте с яйцом, влейте воду, посолите, замесите тесто, тонко его раскатайте, вырежьте кружки. Для начинки смешайте творог и сметану. Яйцо взбейте с сахаром и сливочным маслом, добавьте корицу. Начинку выложите на тесто, сформируйте вареники, варите их в соленой кипящей воде 10 мин.

Вареники с вишней

Ингредиенты

По 400 г муки, вишни, 70 г сахара, 1 яйцо, соль, 150 мл воды.

Способ приготовления

Яйцо взбейте, добавьте муку, теплую воду, посолите, замесите тесто. Вишню вымойте, удалите косточки, смешайте с сахаром, уберите в холодильник на 20 мин. Тесто тонко раскатайте, вырежьте кружки, выложите на них ягоду, сформируйте вареники, варите в подсоленной воде 10 мин.

Вареники с клубникой

Ингредиенты

300 г муки, 1 яйцо, 1 ч. л. сахара, 70 мл воды.

Для начинки:

400 г клубники, 150 г сахара.

Способ приготовления

Муку смешайте с яйцом и сахаром, влейте воду, замесите тесто, положите его в полиэтиленовый пакет, оставьте на 20 мин. Клубнику вымойте, разрежьте на 4 части, смешайте с сахаром, уберите в холодильник на 1 ч. Выделившийся сок перелейте в отдельную емкость. Тесто раскатайте, вырежьте кружки, выложите на них клубнику, сформируйте вареники, сварите в подсоленной воде. Перед подачей на стол полейте клубничным соком.

> *Одной из самых необычных начинок для вареников является начинка из папоротника. Для ее приготовления используют папоротник, картофель, репчатый лук и растительное масло.*

Галушки

Ингредиенты

400 г муки, 50 г сливочного масла, 3 яйца, 200 мл молока, соль.

Способ приготовления

Масло растопите на сковороде. Яйца смешайте с молоком, всыпьте муку, влейте масло, посолите, замесите тесто. Разделите тесто на небольшие кусочки, варите в кипящей воде до готовности.

Творожные галушки

Ингредиенты

250 г муки, 200 г творога, по 100 г сахара, сметаны, 2 яйца, 1 ч. л. соли.

Способ приготовления

Яйца взбейте с сахаром, смешайте с творогом, мукой, посолите, хорошо перемешайте. Сформируйте небольшие колбаски, варите их в кипящей воде до готовности. Подавайте галушки на стол со сметаной.

Яблочные галушки

Ингредиенты

250 г муки, 4 яблока, 3 яйца, 1,5 ст. л. сахара, 200 мл молока.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Молоко вскипятите, добавьте муку, яйца, сахар, перемешайте, проварите 5 мин, затем положите яблоки, замесите тесто. Разделите тесто на небольшие кусочки, варите в кипящей воде.

Пампушки с чесноком

Ингредиенты

400 г муки, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. дрожжей, 1 ч. л. сахара, 100 мл воды.

Для подливы:

60 мл растительного масла, 50 мл кваса, 3 зубчика чеснока, соль.

Способ приготовления

Дрожжи разведите в теплой воде, добавьте сахар, муку, замесите тесто. Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки, смешайте с растительным маслом и квасом, посолите. Из теста сформируйте пампушки, обжарьте их на растительном масле с двух сторон. Подавайте с подливой.

Пирог с салом

Ингредиенты Для теста: 300 г муки, 50 г сливочного масла, 150 мл сливок, 70 мл воды, 3 яйца, 1 ст. л. дрожжей.

Для начинки:

100 г свиного сала, 70 г пармезана, 50 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Яйца взбейте со сливками, дрожжи растворите в воде, смешайте с мукой, замесите тесто, уберите его в холодильник на 40 мин. Сыр натрите на крупной терке. Лук очистите, нарежьте полукольцами, обжарьте со свиными салом. Смешайте сыр, лук, сало, сливочное масло, посолите, поперчите. Тесто разделите на две части, тонко их раскатайте. Противень смажьте маслом,

выложите на него одну часть теста, на нее ровным слоем положите начинку, накройте второй частью теста, защипните края. Выпекайте пирог в духовке при температуре 120 ˚С 45 мин.

Пирог с вишней

Ингредиенты

500 г вишни без косточек, 300 г муки, 200 г сметаны, 150 г сахара, 1 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. разрыхлителя для теста.

Способ приготовления

Муку смешайте со сметаной, добавьте разрыхлитель, замесите тесто, разделите его на две равные части. Одну часть тонко раскатайте, вторую нарежьте на тонкие длинные полоски. Противень смажьте маслом, выложите на нее одну часть теста, на нее положите вишню, посыпьте сахаром, положите полоски из теста решеткой. Выпекайте пирог в духовке при температуре 120 ˚С в течение 50 мин.

Пирожки с капустой

Ингредиенты

500 г тушеной капусты, 400 г муки, 100 мл растительного масла, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли, 200 мл воды.

Способ приготовления

Муку просейте, смешайте сахаром, 50 мл растительного масла, влейте воду, посолите, замесите тесто, уберите в теплое место на 1 ч. Затем тесто разделите на 10 частей, тонко раскатайте, в центр каждой лепешки выложите капусту, защипните края. Сковороду смажьте маслом, обжаривайте на ней пирожки на слабом огне с двух сторон до золотистого цвета.

Пирожки с помидорами

Ингредиенты

300 г слоеного теста, 70 г российского сыра, 2 помидора, 2 ст. л. томатной пасты, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымойте, снимите кожицу, мелко нарежьте. Сыр натрите на крупной терке. Помидоры смешайте с сыром, посолите. Тесто тонко раскатайте, разрежьте на 6 квадратов, смажьте их томатной пастой, выложите помидоры с сыром, защипните края, в центре каждого пирожка сделайте небольшое отверстие. Выпекайте при температуре 100 ˚С.

Ватрушки

Ингредиенты

По 500 г муки, творога, 150 г сахара, 2 яйца, 250 мл молока, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. дрожжей, ванилин.

Способ приготовления

Дрожжи растворите в молоке, всыпьте муку, добавьте ванилин, растительное масло, замесите тесто, разделите его на небольшие части, раскатайте. Творог смешайте с сахаром и яйцами, выложите на тесто. Выпекайте при 180 °С 40 мин.

Бублики с маком и кунжутом

Ингредиенты

300 г муки, 200 г сахара, 50 г сметаны, 2 яйца, 200 мл молока, 1 ст. л. дрожжей, по 2 ч. л. кунжута, мака, 1 ч. л. соли.

Способ приготовления

Дрожжи растворите в молоке, добавьте муку, сахар, сметану, яйца, посолите, замесите тесто.

Уберите в теплое место на 30 мин, затем тесто разомните, разделите на 6 шариков, сформируйте из них бублики, посыпьте их кунжутом и маком, выпекайте 30 мин в духовке при температуре 120 °С.

Драники

Ингредиенты

5 клубней картофеля, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 200 г творога, 60 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите. Картофель натрите на крупной терке, лук нарежьте. Творог смешайте с овощами, добавьте яйца, посолите. Сформируйте лепешки, обжаривайте на масле с двух сторон по 10 мин.

Напитки

Молочный кисель

Ингредиенты

100 г сахара, 700 мл молока, 70 мл воды, 2 ст. л. крахмала, корица, ванилин.

Способ приготовления

Крахмал разведите в воде. Молоко вскипятите, добавьте сахар, ванилин, корицу, крахмал, доведите до кипения, постоянно помешивая. Перелейте кисель в глубокое блюдо, уберите в холодильник на 2 ч. Подавайте охлажденным.

Кисель из вишни

Ингредиенты

400 г вишни без косточек, 200 г сахара, 2 ст. л. крахмала, 1 л воды.

Способ приготовления

Вишню вымойте, засыпьте сахаром, уберите в холодильник на 1 ч. 700 мл воды доведите до кипения, всыпьте вишню, варите 15 мин. Крахмал растворите в оставшейся воде, влейте в вишню, тщательно перемешайте, уберите в холодильник на 1,5 ч. Перед подачей на стол посыпьте кисель сахаром.

Малиновый узвар

Ингредиенты

500 г малины, 250 г сахара, 1 ч. л. лимонной кислоты, 70 мл красного вина, 2 л воды.

Способ приготовления

Малину вымойте. Воду доведите до кипения, добавьте сахар, лимонную кислоту, залейте этим сиропом малину, оставьте на 2 ч, затем уберите в холодильник на 1,5 ч. В готовый узвар влейте красное вино.

Узвар с грушами и абрикосами

Ингредиенты

300 г сахара, 250 г абрикосов, 3 груши, 1,5 л воды.

Способ приготовления

Фрукты вымойте, груши очистите, крупно нарежьте, у

абрикосов удалите косточки, разрежьте их на две части. Положите фрукты в кастрюлю, влейте воду, доведите до кипения, затем добавьте сахар, варите еще 20 мин.

Квас

Ингредиенты

1 кг ржаного хлеба, 200 г сахара, 50 г изюма, 2 ст. л. дрожжей, 5 л воды.

Способ приготовления

Хлеб нарежьте небольшими кусочками, высушите в духовке, выложите в глубокую емкость, залейте горячей водой, уберите в теплое место на 5 ч, затем процедите. Дрожжи растворите в воде, смешайте с хлебным раствором, оставьте на 12 ч. Изюм положите в бутылки, налейте в них квас, уберите в холодильник на 3 дня.

> *Раньше квас прописывали как лекарственное средство от лихорадки, водянки. В больницах он был обязательным диетическим продуктом. Если квас натуральный и приготовлен по традиционным рецептам, он очень полезен.*

Грушевый квас

Ингредиенты

6 груш, 100 г сахара, 3 ст. л. меда, 2 ст. л. дрожжей, 3 л воды.

Способ приготовления

Груши вымойте, очистите, нарежьте крупно, залейте водой, доведите до кипения, поставьте в теплое место на 3 ч. Затем полученный отвар процедите, смешайте с сахаром, дрожжами, медом, оставьте в теплом месте еще на один день. Квас разлейте по банкам, уберите в прохладное место на 4 дня.

Квас из яблок

Ингредиенты

5 яблок, 300 г сахара, 50 г изюма, 6 ст. л. меда, 2 ст. л. дрожжей, 1 ст. л. цедры апельсина.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, очистите, мелко нарежьте, залейте водой, варите до размягчения. Процедите, добавьте мед, сахар и дрожжи, уберите в теплое место на 3 дня. Затем квас процедите, добавьте изюм, перелейте в бутылки, уберите в холодильник на 4 дня.

Белорусская кухня

Традиции белорусской кухни

Из-за соседства с такими государствами, как Россия, Литва, Украина и Польша, белорусская кухня впитала в себя традиции и славянских блюд, и восточноевропейских. Восточная и западная части страны долгое время были изолированы друг от друга, поэтому кулинарное искусство в них развивалось по-разному. Кроме того, предпочтения в еде были различны у господствующих классов и простолюдинов: первые предпочитали велико-польскую и немецкую кухни, а на вкусы вторых влияние оказала кухня евреев, основу которой составляли блюда из тертого картофеля.

В основу современной белорусской кухни вошли изначально крестьянские блюда. Центральное место занимают соленое мясо, субпродукты. Принцип приготовления многих блюд схож с русскими и украинскими рецептами.

Блюда в белорусской кухне разваривали, при этом все ингредиенты одновременно выкладывали в горшок и заливали их водой. Огонь убавляли и продукты очень медленно уваривались. Таким образом, супы были одновременно и первым, и вторым блюдом.

Продукты в белорусской кухне распределяются по группам в зависимости от роли, которую они играют в блюдах: «приварки», «закраски», «мятежи», «влаги», «лакомства». Это те продукты, которые добавляются для придания дополнительного вкуса или особого цвета блюда. Они до сих пор составляют основу белорусских блюд. «Приварки» – это основные продукты, «закраски» – ингредиенты, которые украшают, меняют цвет блюда, придают ему особый вкус. «Мятеж» необходим для густоты кушанья.

В белорусской кухне чаще всего используют такие овощи и бобовые, как капуста, горох, морковь. Но первое место среди них занимает картофель. В Беларуси были выведены его высококрахмалистые и урожайные сорта. Для приготовления изделий из теста берут различные виды «черной муки» – овсяную, ржаную, ячменную, гречневую, гороховую. В состав блюд часто входят грибы, яблоки, груши, раки, речная рыба, молочные продукты, лесные ягоды и травы. Особенностью является то, что лесные ягоды и фрукты не смешивают между собой, а кулагу (блюдо, по консистенции похожее на кисель, с ягодами и мукой), кисель, квас, пюре и запеканки готовят только из одного вида.

В меню белорусской кухни присутствует сало. Также используют сметану, топленое и растительное масло. Из свинины делают колбасы, слабокопченую ветчину или корейку.

Национальное блюдо пьячисты получают при запекании нежирной свинины или баранины крупными кусками.

Для белорусской кухни характерно использование фарша и пюреобразных масс. При этом основной продукт сочетается с другими. Так появились драники, цибрики (картофельные шарики в панировке), моканина (мясное блюдо с картофелем), вантробки (домашняя колбаса из телячьей печени), колбасы, клецки, галки и зразы.

Первые блюда

Говяжий суп

Ингредиенты

1 кг говядины, 200 г куриных костей, 100 г корня петрушки, сельдерея, 50 г гороха, 30 г зелени петрушки, укропа, 6 клубней картофеля, 3 моркови, по 1 головке репчатого лука, головке цветной капусты, черный молотый перец, соль, 3 л воды.

Способ приготовления

Мясо вымойте, крупно нарежьте. Горох замочите на 1 ч. В подсоленной воде варите мясо и кости 1 ч, затем бульон процедите. Овощи вымойте, очистите, лук и морковь мелко нарежьте, капусту разделите на соцветия, картофель нарежьте небольшими дольками. В мясной бульон положите горох, варите 1,5 ч, добавьте овощи, готовьте еще 30 мин, посолите, поперчите, положите измельченные коренья. Перед подачей на стол выложите в суп мясо, посыпьте мелко нарезанной зеленью.

Суп с копченой курицей и щавелем

Ингредиенты

400 г копченой курицы, 100 г щавеля, по 2 клубня картофеля, вареных яйца, по 1 головке репчатого лука, моркови, корню сельдерея, 50 мл растительного масла, соль, 2,5 л куриного бульона.

Способ приготовления

Курицу вымойте, мелко нарежьте. Овощи и корень сельдерея вымойте, очистите, лук и сельдерей мелко нарежьте, морковь нарежьте кружочками, картофель крупными кубиками. Яйца разрежьте на две части. На масле обжарьте лук, морковь и сельдерей до готовности. Бульон доведите до кипения, положите в него картофель, варите 15 мин, затем добавьте овощи, курицу, щавель и сельдерей, посолите, готовьте 10 мин. Готовый суп украсьте яйцами.

Суп с уткой и грибами

Ингредиенты

1 кг утиной тушки, 150 г шампиньонов, по 100 г перловой крупы, сметаны, 30 г кореньев петрушки, 1 ст. л. лимонного сока, 3 горошины черного перца, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Утку вымойте, крупно нарежьте. Грибы вымойте, очистите, мелко нарежьте. Крупу отварите. В подсоленную воду положите утку и грибы, варите 1 ч, затем добавьте петрушку, черный перец горошком, крупу, лимонный сок, посолите, готовьте еще 20 мин. Готовый суп заправьте сметаной.

Рыбная солянка

Ингредиенты

500 г филе судака, по 50 г томатной пасты, сливочного масла, 5 клубней картофеля, 3 головки репчатого лука, 1 соленый огурец, 0,5 вилка белокочанной капусты, 50 мл растительного масла, по 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, муки, соль, 3 л воды.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, крупно нарежьте. Овощи вымойте, очистите, лук мелко нарежьте, капусту тонко нашинкуйте, огурец нарежьте кубиками, картофель брусочками. Капусту тушите на растительном масле до готовности, лук обжарьте на сливочном масле с томатной пастой до мягкости. Смешайте капусту и лук, добавьте уксус и муку, посолите, готовьте еще 10 мин. Рыбу варите 30 мин после закипания, затем запустите все овощи и готовьте еще 25 мин.

Суп с грибами и перловой крупой

Ингредиенты

100 г шампиньонов, 70 г перловой крупы, 50 г топленого свиного жира, 4 клубня картофеля, 2 лавровых листа, по 1 головке репчатого лука, моркови, кориандр, соль, 50 мл сливок, 2,5 л грибного бульона.

Способ приготовления

Крупу замочите на 3 ч, затем варите 30 мин.

Грибы и овощи вымойте, очистите, грибы и лук мелко нарежьте, морковь – тонкой соломкой, картофель – небольшими дольками. На свином жире обжарьте грибы, лук и морковь до готовности. Грибной бульон доведите до кипения, положите в него картофель, крупу, лавровый лист, кориандр и грибы, варите на слабом огне 30 мин, затем добавьте лук и морковь, посолите, готовьте еще 15 мин. Перед подачей на стол заправьте суп сливками.

Юшка с грибами

Ингредиенты

500 г сома, 100 г шампиньонов, 80 г сметаны, 50 г муки, 3 клубня картофеля, 1 головка репчатого лука, 60 мл растительного масла, соль, 2,5 л рыбного бульона.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, нарежьте небольшими кусочками. Грибы и овощи вымойте, очистите, лук и грибы мелко нарежьте, картофель нарежьте крупными дольками. Бульон доведите до кипения, положите в него рыбу, варите 15 мин. Лук и грибы обжарьте на масле с мукой до готовности, добавьте их и картофель к рыбе, посолите, готовьте 30 мин. Перед подачей на стол заправьте юшку сметаной.

Уха с лососем и куриными шариками

Ингредиенты

800 г лосося, 400 г курицы, 50 г манной крупы, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо, 5 горошин черного перца, лавровый лист, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Курицу вымойте, варите в 1 л воды с одной головкой репчатого лука 1 ч. Рыбу вымойте, крупно нарежьте, варите в подсоленной воде с перцем, одной головкой репчатого лука, лавровым листом 45 мин. Затем куриный и рыбный бульон процедите и соедините. Куриное мясо отделите от костей, пропустите его через мясорубку, посолите, смешайте с яйцом и манной крупой, сформируйте шарики, готовьте их в бульоне в течение 10 мин. Перед подачей на стол положите в готовую уху рыбу.

Холодник – это холодный суп, который готовится на основе кефира или кваса, в него добавляются свежие и маринованные овощи. По составу он очень похож на окрошку, но отличается от нее тем, что в холодник не кладут мясные продукты.

Сладкий суп с яблоками

Ингредиенты

4 яблока, 70 г творога, 50 г пропаренного риса, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. сахара, молотая корица, соль, 2 л воды.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, очистите, натрите на крупной терке, смешайте с лимонным соком, сахаром и корицей. В кипящую воду

положите рис, варите 15 мин, затем охладите. Добавьте к рису яблоки и творог, уберите в холодильник на 1 ч.

Затирка

Ингредиенты

200 г муки, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли, 2,5 л молока.

Способ приготовления

Муку просейте, слегка обжарьте до золотистого цвета, добавьте соль, яйца и масло, все хорошо перемешайте. Молоко доведите до кипения, положите в него муку, сахар, посолите, варите еще 10 мин, постоянно помешивая.

Мясные блюда

Свинина с грибами и колбасой

Ингредиенты

500 г филе свинины, 200 г говяжьей колбасы, 150 г шампиньонов, по 100 г копченой ветчины, свиного сала, 2 головки репчатого лука, 2 ст. л. ржаной муки, кориандр, черный молотый перец, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления

Грибы вымойте, очистите, крупно нарежьте, варите в соленой воде до готовности. Лук вымойте, очистите, мелко нарежьте. Мясо вымойте, крупно нарежьте, колбасу и ветчину мелко нарежьте. Сало растопите, положите свинину, колбасу и ветчину, готовьте 50 мин. Добавьте лук, грибы, муку, кориандр, посолите, поперчите, хорошо перемешайте, готовьте в духовке при температуре 120 ˚С 30 мин.

Свинина в грибном соусе

Ингредиенты

1 кг свинины, по 100 г шампиньонов, сметаны, 4 клубня картофеля, 3 зубчика чеснока, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте порционными кусочками. Картофель и грибы вымойте, очистите, крупно нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Мясо посолите, поперчите, запекайте в духовке при температуре 120 ˚С 1 ч. Грибы потушите на масле с чесноком и сметаной. Картофель варите 30 мин. Перед подачей на стол полейте мясо грибным соусом, добавьте картофель.

Свинина с салом и луком

Ингредиенты

700 г филе свинины, 100 г свиного сала, 50 г сливочного масла, 2 клубня картофеля, 1 головка репчатого лука, 300 мл молока, соль.

Способ приготовления

Филе слегка отбейте. Картофель, лук и сало нарежьте. На сливочном масле обжарьте овощи с салом, посолите, выложите на свинину, сверните рулетом, залейте молоком, запекайте при

температуре 180 ˚С 1,5 ч.

Говядина с чесноком

Ингредиенты

500 г говядины, 70 г топленого масла, 3 зубчика чеснока, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте тонкими полосками.

Чеснок очистите, разрежьте пополам. Мясо натрите чесноком, посолите, поперчите, обжаривайте на масле с двух сторон по 30 мин.

Говядина с овощами и черносливом

Ингредиенты

400 г говядины, 150 г лисичек, по 100 г ветчины, чернослива без косточек, по 50 г сливочного масла, томатной пасты, по 3 клубня картофеля, зубчика чеснока, по 1 моркови, головке репчатого лука, 200 мл мясного бульона, тмин, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Чернослив замочите на 30 мин, ветчину нарежьте соломкой. Грибы и овощи вымойте, очистите, лук и грибы мелко нарежьте, морковь натрите на крупной терке, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, картофель нарежьте брусочками. На масле обжарьте мясо, овощи, грибы и ветчину до золотистого цвета, добавьте тмин, посолите. Томатную пасту смешайте с бульоном. В керамические горшочки выложите мясо с ветчиной, овощами и грибами, залейте бульоном, поставьте в духовку, нагретую до 120 ˚С, на 45 мин.

Говядина с яблоками

Ингредиенты

400 г говядины, по 50 г муки, свиного жира, 3 помидора, 2 яблока, 1 головка репчатого лука, 200 мл мясного бульона, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи и яблоки вымойте, очистите, яблоки нарежьте небольшими кубиками, лук и помидоры мелко нарежьте. Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Свиной жир растопите, положите в него мясо, жарьте 30 мин, затем добавьте овощи, яблоки и муку, посолите, поперчите, влейте бульон, тушите 1 ч.

Утка с квашеной капустой

Ингредиенты

Тушка утки весом 2 кг, 700 г квашеной капусты, 100 г шампиньонов, 4 клубня картофеля, 3 яблока, 2 головки репчатого лука, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. меда, тмин, соль.

Способ приготовления

Утку вымойте, нарежьте порционными кусочками. Грибы и овощи вымойте, очистите, лук и грибы мелко нарежьте, картофель нарежьте крупно. Яблоки вымойте, разрежьте на 4 части, удалите сердцевинку. На растительном масле до готовности обжарьте лук и грибы, посолите, добавьте тмин и мед. На противень выложите утку, картофель, капусту и яблоки, залейте медом с луком и грибами, запекайте при температуре 120 ˚С 1 ч.

Гусь с гречневой крупой

Ингредиенты

1 кг гусиного мяса, 100 г гречневой крупы, 50 г свиного сала, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Гуся вымойте, нарежьте кусками. Гречку отварите. Лук очистите, нарежьте полукольцами. Сало нарежьте кубиками, обжарьте, положите гуся, лук, жарьте 1,5 ч, посолите, поперчите. Подавайте мясо к столу с гречневой крупой.

Курица в сметанном соусе

Ингредиенты

500 г куриных бедер, 400 г шампиньонов, по 100 г пармезана, сметаны, 6 клубней картофеля, 2 головки репчатого лука, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Бедра вымойте, сыр натрите на крупной терке.

Грибы и овощи вымойте, очистите, лук и грибы мелко нарежьте, картофель нарежьте крупно, сварите его до готовности. На растительном масле обжарьте грибы с луком, посолите, поперчите, добавьте сметану и сыр. На противень выложите бедра с картофелем, полейте сметаной, запекайте в духовке при температуре 180 ˚С 40 мин.

Курица с изюмом

Ингредиенты

400 г куриных ножек, по 100 г изюма, сметаны, 70 г российского сыра, тмин, соль.

Способ приготовления

Изюм замочите на 30 мин, сыр натрите на крупной терке. Куриные ножки вымойте, посолите, посыпьте тмином. В сметану добавьте сыр, изюм. Ножки выложите в форму, залейте сметаной, запекайте при температуре 120 °С 45 мин.

Курица в беконе

Ингредиенты

500 г куриных ножек, 200 г бекона, 30 г зелени укропа, по 3 листа салата, зубчика чеснока, 2 помидора, по 1 головке репчатого лука, красному острому перцу, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Ножки вымойте, бекон тонко нарежьте. Овощи вымойте, очистите. Помидоры и перец измельчите в блендере, лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Куриные ножки посолите, заверните в полоски бекона, выложите на противень, запекайте при температуре 120 °С 45 мин. Лук обжарьте на 50 мл растительного масла до золотистого цвета, помидоры с перцем тушите на растительном масле в течение 20 мин. Перед подачей на стол выложите куриные ножки на листья салата, украсьте укропом, подавайте с помидорным соусом и луком.

Куриная печень с грибами и картофелем

Ингредиенты

500 г куриной печени, 400 г маринованных шампиньонов, 60 г сливочного масла, 4 клубня картофеля, 3 зубчика чеснока, по 2 головки репчатого лука, помидора, 300 мл мясного бульона, тмин, соль.

Способ приготовления

Печень вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи вымойте, очистите, лук, помидоры и картофель нарежьте кубиками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Грибы разрежьте на две части. На масле обжарьте печень, лук, помидоры и чеснок до готовности. В керамические горшочки положите овощи, печень, грибы, добавьте тмин, посолите, налейте бульон, готовьте в духовке при температуре 100 °С 40 мин.

Драники с телятиной

Ингредиенты

400 г филе телятины, 150 г свиного сала, по 100 г чернослива без косточек, сметаны, по 50 г сливочного масла, ржаной муки, 5 клубней картофеля, 3 головки репчатого лука, 400 мл мясного бульона, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чернослив замочите на 1 ч. Мясо мелко нарежьте. Лук очистите, нарежьте полукольцами, сало нарежьте кубиками. Картофель вымойте, очистите, натрите на крупной терке, посолите, поперчите, обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Сковороду смажьте сливочным маслом, выложите лук, чернослив, сало и мясо, обжаривайте 30 мин, залейте бульоном, готовьте еще 20 мин. На противень выложите картофель, мясо с луком и черносливом, полейте сметаной, запекайте при температуре 120 °С 20 мин.

Драники в горшочках

Ингредиенты

400 г свинины, 100 г сметаны, по 50 г томатной пасты, сливочного масла, 5 клубней картофеля, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. муки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, лук мелко нарежьте, картофель натрите на крупной терке. Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Картофель смешайте с яйцом, мукой, посолите, поперчите, обжарьте на сливочном масле до золотистого цвета. Свинину с луком обжаривайте на растительном масле в течение 30 мин, затем добавьте сметану и томатную пасту, готовьте еще 10 мин. В керамические горшочки выложите драники, на них положите мясо с луком, запекайте при температуре 120 °С 45 мин.

Колдуны со свининой

Ингредиенты

50 г муки, 70 г сметаны, 6 клубней картофеля, по 1 головке репчатого лука, яйцу, 50 мл растительного масла, соль.

Для начинки:

400 г свинины, 50 г сливочного масла, по 1 яйцу, головке

репчатого лука, черный молотый перец.

Способ приготовления

Картофель вымойте, очистите, натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте. Смешайте картофель, лук и яйцо, посолите. Для начинки мясо пропустите через мясорубку. Лук мелко нарежьте. Смешайте мясо, лук и яйцо, поперчите, обжарьте на масле. Картофель разделите на несколько частей, разровняйте, выложите на них мясо, сформируйте котлеты, запанируйте в муке, обжаривайте на растительном масле по 15 мин с каждой стороны. Перед подачей на стол полейте сметаной.

Свиные рулеты с зеленым горошком

Ингредиенты

500 г филе свинины, 350 г свиного фарша, 150 г ветчины, 100 г зеленого горошка, 70 г панировочных сухарей, 50 г топленого масла, по 1 головке репчатого лука, яблоку, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе нарежьте пластинками, слегка отбейте.

Ветчину нарежьте соломкой, лук и яблоко очистите, мелко нарежьте. Смешайте фарш, ветчину, лук, яблоко, горошек. На свинину выложите фарш, сверните рулеты, запанируйте в сухарях, посолите, поперчите, обжарьте на масле с двух сторон.

Куриные зразы с сыром

Ингредиенты

500 г куриного филе, 100 г панировочных сухарей, по 1 головке репчатого лука, яйцу, 50 мл растительного масла, соль.

Для начинки:

100 г российского сыра, 50 г сливочного масла.

Способ приготовления

Филе вымойте, лук очистите, пропустите через мясорубку, смешайте с яйцом, посолите. Сыр натрите на крупной терке, добавьте масло, перемешайте. Куриный фарш разделите на 6 частей, сделайте тонкие лепешки, выложите на них сыр, сформируйте котлеты, запанируйте их в сухарях, обжаривайте на растительном масле с двух сторон по 15 мин.

Куриные котлеты с сухариками

Ингредиенты

300 г куриного филе, 150 г пшеничного хлеба, 100 г

сливочного масла, 1 яйцо, 150 мл молока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Филе пропустите через мясорубку. 50 г хлеба замочите в молоке, смешайте с куриным фаршем, посолите, поперчите. Оставшийся хлеб нарежьте маленькими кубиками, выложите их на сковороду, обжарьте на 50 г масла до золотистого цвета. Из куриного фарша сформируйте небольшие котлеты, жарьте на масле с двух сторон по 10 мин.

Рыбные блюда

Запеченный лещ

Ингредиенты

1 кг леща, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, натрите солью и перцем. Запекайте на смазанном маслом противне 1 ч при 120 °С.

Голубцы – традиционное блюдо белорусской, украинской и польской кухни, но оно было заимствовано из турецкой кухни в XIV–XV вв. и называлось «долма». Свое нынешнее название голубцы получили в конце XVIII в.

Карп с овощами

Ингредиенты

600 г карпа, 100 г пшеничного хлеба, 50 г сливочного масла, по 1 головке репчатого лука, моркови, 3 зубчика чеснока, 200 мл молока, черный молотый перец, соль, 400 мл воды.

Способ приготовления

Рыбу разделайте, филе пропустите через мясорубку. Хлеб замочите в молоке, соедините с фаршем, посолите, поперчите. Овощи очистите, нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Сковороду смажьте маслом, слоями выложите фарш и овощи, залейте водой, готовьте 35 мин.

Тушеный окунь

Ингредиенты

500 г филе окуня, по 100 г шампиньонов, сметаны, 4 клубня картофеля, 2 головки репчатого лука, 200 мл рыбного бульона, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. муки, соль.

Способ приготовления

Рыбу нарежьте порционными кусочками. Овощи вымойте, очистите, картофель нарежьте тонкими ломтиками, лук полукольцами. Грибы вымойте, очистите, тонко нарежьте. Рыбу запанируйте в муке, обжарьте на масле с двух сторон по 15 мин. В керамические горшочки положите картофель, рыбу, грибы и лук, посолите, добавьте сметану, рыбный бульон, поместите в

духовку, нагретую до 120 °С, на 30 мин.

Караси с рисом и овощами

Ингредиенты

600 г карасей, по 100 г пропаренного риса, сметаны, по 1 помидору, моркови, черный молотый перец, соль, 400 мл воды.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте. Рис замочите на 45 мин. Овощи вымойте, очистите, морковь натрите на крупной терке, помидор мелко нарежьте. В сковороду выложите рыбу, затем овощи и рис, посолите, поперчите, налейте воду, тушите 35 мин. Подавайте на стол со сметаной.

Рыбный рулет

Ингредиенты

700 г филе сома, по 50 г пшеничного хлеба, сливочного масла, 3 клубня вареного картофеля, по 1 головке репчатого лука, яйцу, 2 лавровых листа, черный молотый перец, соль, 500 мл рыбного бульона, 100 мл молока.

Способ приготовления

Хлеб замочите в молоке. Лук вымойте, очистите. Рыбу пропустите с хлебом и луком через мясорубку, смешайте с яйцом, маслом, посолите, поперчите, сформируйте рулет. Выложите рулет в глубокую сковороду, залейте рыбным бульоном, варите 30 мин на слабом огне. Перед подачей на стол нарежьте рулет порционными кусочками, подавайте с крупно нарезанным картофелем.

> *Галки – это национальное белорусское блюдо, по способу приготовления оно похоже на украинские галушки. Галки готовят из гречневой муки или рыбного фарша, на стол подают, как правило, со сметаной, сливочным маслом или грибным бульоном.*

Рыбные зразы с грибами

Ингредиенты

500 г мяса сома, 200 г лисичек, 60 г муки, 50 г сливочного масла, по 1 яйцу, головке репчатого лука, 50 мл растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу пропустите через мясорубку. Грибы вымойте, мелко

нарежьте, обжарьте на растительном масле с луком. Рыбную массу соедините с яйцом, посолите, поперчите, сделайте лепешки, положите на них грибы с луком, сформируйте котлеты, обжаривайте на сливочном масле с двух сторон по 15 мин.

Грибные блюда

Шампиньоны с говядиной

Ингредиенты

300 г шампиньонов, 200 г филе говядины, 70 г сметаны, 50 мл растительного масла, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль, 100 мл сливок, вода.

Способ приготовления

Мясо вымойте, отварите, мелко нарежьте.

Грибы вымойте, очистите, разрежьте на 4 части, отварите в подсоленной воде. Лук мелко нарежьте. Сковороду смажьте маслом, выложите мясо и лук, жарьте 15 мин, добавьте грибы, сметану, сливки, посолите, поперчите, готовьте еще 10 мин.

Драники с грибами

Ингредиенты

300 г шампиньонов, 100 г свиного сала, 5 клубней картофеля, по 1 головке репчатого лука, яйцу, 200 мл молока, 50 мл растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сало нарежьте кубиками. Картофель вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Грибы и лук очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле с салом. Картофель посолите, поперчите, смешайте с яйцом, грибами и луком, разделите на 8 частей, сформируйте лепешки, обжарьте с двух сторон по 10 мин. Выложите драники в сковороду, залейте молоком и готовьте в духовке при 120 °С 15 мин.

Запеканка из картофеля и лисичек

Ингредиенты

200 г лисичек, 100 г пшенной крупы, сметаны, 50 г сливочного масла, 6 клубней картофеля, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 150 мл сливок, соль.

Способ приготовления

Овощи и грибы вымойте, очистите, грибы и лук мелко нарежьте, картофель крупно. Крупу сварите до готовности. Отварите картофель до готовности, грибы и лук обжарьте на масле до золотистого цвета. Картофель разомните, смешайте с луком и грибами, крупой, яйцами, посолите, поперчите,

выложите в форму, добавьте сливки и сметану, запекайте при температуре 120 °С 40 мин.

Гороховое пюре с грибами

Ингредиенты

400 г гороха, 250 г шампиньонов, 100 г свиного сала, 1 головка репчатого лука, 2 ст. л. пшеничной муки, соль.

Способ приготовления

Горох замочите на 3 ч, затем варите 2 ч. Лук и грибы очистите, мелко нарежьте, обжарьте с салом, посолите, добавьте муку, горох, хорошо перемешайте.

Блюда из бобовых

Тушеная фасоль

Ингредиенты

300 г фасоли, 70 г сметаны, 50 г зелени укропа, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 300 мл воды.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 3 ч. Лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, обжарьте на масле 10 мин, добавьте фасоль, посолите, поперчите, влейте воду, тушите 1,5 ч, положите сметану, готовьте еще 15 мин. В готовое блюдо добавьте мелко нарезанный укроп.

Фасоль с овощами

Ингредиенты

250 г фасоли, 3 помидора, 2 головки репчатого лука, 60 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 300 мл воды.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 2 ч. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле. Добавьте фасоль, соль, перец, готовьте 2 ч, помешивая.

Гороховые блины

Ингредиенты

200 г гороха, 70 г муки, 50 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо, 150 мл кефира, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. меда, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1 ч. л. разрыхлителя для теста, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Горох замочите на 3 ч, затем отварите до готовности, разомните. Лук очистите, вымойте, нарежьте полукольцами. Яйцо взбейте, смешайте с горохом, кефиром, разрыхлителем, всыпьте муку, посолите, поперчите. Сковороду смажьте сливочным маслом, выпекайте блины небольшими порциями по 3 мин с каждой стороны. Лук смешайте с медом, уксусом, посолите, обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Блины подавайте на стол с луком.

Гороховая каша

Ингредиенты

500 г гороха, 2 клубня картофеля, по 1 моркови, головке репчатого лука, 60 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Горох замочите на 4 ч. Овощи очистите, вымойте, картофель нарежьте маленькими кубиками, морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте. Горох посолите, поперчите, варите 1 ч, затем добавьте овощи, варите еще 35 мин, постоянно помешивая. В готовую кашу влейте масло.

Горох с болгарским перцем

Ингредиенты

300 г гороха, 2 болгарских перца, по 1 помидору, острому красному перцу, 50 мл растительного масла, кориандр, соль, 300 мл воды.

Способ приготовления

Горох замочите на 2 ч, отварите до полуготовности. Овощи вымойте, очистите, помидор и острый перец мелко нарежьте, болгарский перец нарежьте соломкой. На растительном масле обжарьте овощи до готовности, добавьте кориандр, горох, посолите, влейте воду, готовьте 30 мин.

Гороховые котлеты

Ингредиенты

300 г гороха, 50 г зелени петрушки, укропа, 2 головки репчатого лука, 60 мл растительного масла, тмин, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Горох замочите на 3 ч, затем варите до готовности, разомните. Лук очистите, вымойте, мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Смешайте горох, зелень и лук, добавьте тмин, посолите, поперчите, сформируйте котлеты, обжаривайте их на масле с двух сторон по 10 мин.

Чечевица с фасолью

Ингредиенты

300 г зеленой чечевицы, 200 г стручковой фасоли, 100 г лисичек, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла,

черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чечевицу промойте, сварите до готовности. Грибы вымойте, мелко нарежьте. Лук очистите, нарежьте полукольцами. Обжарьте их на масле до готовности, добавьте нарезанную фасоль, готовьте еще 10 мин, затем все смешайте с чечевицей, посолите, поперчите, уберите в холодильник на 1 ч.

Чечевица с капустой

Ингредиенты

250 г зеленой чечевицы, 100 г копченой колбасы, 2 помидора, по 1 моркови, головке репчатого лука, 0,5 вилка белокочанной капусты, 50 мл растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чечевицу хорошо промойте, сварите до готовности. Овощи вымойте, очистите, капусту и морковь нашинкуйте тонкой соломкой, лук нарежьте полукольцами, помидоры – кубиками. Колбасу нарежьте кружочками. На масле в течение 25 мин обжаривайте овощи, посолите, поперчите, добавьте колбасу, готовьте еще 10 мин, соедините с чечевицей.

Зразы из чечевицы

Ингредиенты

200 г коричневой чечевицы, 100 г мягкого сыра, 70 г панировочных сухарей, 30 г зелени укропа, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чечевицу замочите на 3 ч, затем варите 30 мин. Лук и чеснок очистите, мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Обжарьте лук и чеснок на масле до золотистого цвета. Соедините чечевицу, зелень и овощи, посолите, поперчите, разделите на 6 лепешек, выложите на них сыр, сформируйте зразы, запанируйте их в сухарях, обжаривайте на масле с двух сторон по 10 мин.

Блюда из яиц

Яичный паштет с грибами

Ингредиенты

6 вареных яиц, по 1 моркови, головке репчатого лука, 200 г лисичек, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Грибы вымойте, очистите, сварите в подсоленной воде. Овощи очистите, натрите на крупной терке. Грибы мелко нарежьте, обжарьте с овощами на масле до золотистого цвета. Яйца пропустите через мясорубку. Смешайте яйца и грибы с овощами, добавьте сметану, посолите, перемешайте, положите в полиэтиленовый пакет, сформируйте колбаску, уберите в холодильник на 5 ч.

Яйца с луком и беконом

Ингредиенты

5 вареных яиц, 2 головки репчатого лука, 300 г бекона, по 50 г сливочного и растительного масла, соль.

Способ приготовления

Лук очистите, вымойте, нарежьте полукольцами. Бекон нарежьте тонкими полосками. Яйца разомните. Лук с беконом обжарьте на растительном масле до золотистого цвета, смешайте с яйцами, добавьте соль, сливочное масло, перемешайте.

Яйца с помидорами

Ингредиенты

4 вареных яйца, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле 30 мин, поперчите, посолите, смешайте со сметаной. Яйца разрежьте на две части, выложите на противень, положите на них овощи, запекайте при температуре 90 °С 20 мин.

Омлет с грибами и луком

Ингредиенты

3 яйца, 1 головка репчатого лука, 100 г шампиньонов, 50 г сливочного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук и грибы очистите, вымойте, мелко нарежьте. Яйца хорошо взбейте. На сковороде растопите сливочное масло, выложите грибы и лук, жарьте 20 мин, затем залейте яйцами, посолите, поперчите, накройте крышкой, готовьте еще 10 мин.

Яйца с грибами

Ингредиенты

3 вареных яйца, 1 головка репчатого лука, 100 г шампиньонов, 70 г сметаны, 50 г сливочного масла, соль.

Способ приготовления

Грибы и лук очистите, вымойте, мелко нарежьте, обжарьте на масле до готовности. Яйца разрежьте на две части, выньте желток, разомните его. Смешайте грибы, лук, желток, добавьте сметану, посолите, начините половинки белков.

Котлеты из яиц

Ингредиенты

4 вареных яйца, по 50 г панировочных сухарей, сметаны, 60 мл растительного масла, 3 ст. л. муки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Яйца мелко нарежьте, смешайте со сметаной, сухарями, посолите, поперчите. Сформируйте котлетки, запанируйте их в муке, обжаривайте на масле с двух сторон по 10 мин.

Кисломолочные продукты

Творог с медом

Ингредиенты

400 г творога, 100 г молотых грецких орехов, 70 г сахара, 2 ст. л. меда, 200 мл кефира.

Способ приготовления

Орехи смешайте с медом, обжаривайте на сковороде 10 мин. Творог смешайте с кефиром, сахаром, орехами, хорошо перемешайте.

Яблоки с творогом

Ингредиенты

4 яблока, 400 г творога, 100 г изюма, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. сахара, ванилин.

Способ приготовления

Изюм замочите на 30 мин. Яблоки вымойте, срежьте верхнюю часть, вырежьте сердцевину. Творог смешайте с маслом, сахаром, изюмом и ванилином. В яблоки положите творог, запекайте 15 мин в духовке при температуре 160 ˚С.

Творожная запеканка с орехами

Ингредиенты

300 г творога, 100 г грецких орехов, 80 г сметаны, 1 яйцо, 2 ст. л. сахара.

Способ приготовления

Орехи измельчите, яйца взбейте с сахаром. Творог смешайте с орехами, яйцами и сметаной, запекайте в духовке при 100 ˚С 20 мин.

Запеканка с морковью

Ингредиенты

400 г творога, 50 г муки, по 2 моркови, яйца, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли.

Способ приготовления

Морковь натрите на крупной терке. Смешайте творог с одним яйцом и морковью, добавьте сахар, муку, посолите. 1 яйцо взбейте. Творог с морковью залейте яйцом, запекайте при 100 ˚С

25 мин.

Сырники

Ингредиенты

500 г творога, по 100 г сахара, муки, 2 яйца, 50 мл растительного масла.

Способ приготовления

Творог смешайте с яйцами, сахаром, мукой, сформируйте сырники. На сковороде нагрейте масло, обжаривайте сырники с двух сторон по 10 мин.

Сырники в черничном соусе

Ингредиенты

400 г творога, 200 г сахара, 150 г манной крупы, 100 г свежемороженой черники, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, корица.

Способ приготовления

Творог смешайте с яйцом, крупой и 100 г сахара, добавьте корицу, сформируйте сырники, обжарьте с двух сторон по 10 мин. Чернику с оставшимся сахаром выложите в сковороду, готовьте до растворения сахара, полейте этим соусом сырники.

Сырники с картофелем

Ингредиенты

500 г творога, 100 г муки, 50 г сахара, 3 клубня картофеля, 1 яйцо, 50 мл растительного масла.

Способ приготовления

Картофель очистите, вымойте, крупно нарежьте, сварите до готовности, разомните. Творог смешайте с картофелем, сахаром и яйцом, хорошо перемешайте, сформируйте сырники, запанируйте в муке. В сковороде нагрейте масло, обжарьте сырники до золотистого цвета.

Сметана

Ингредиенты

1 л молока, 200 мл кефира, 3 ст. л. сахара.

Способ приготовления

Молоко доведите до кипения, остудите, смешайте с кефиром. В глубокую емкость положите полотенце, налейте молоко, уберите в холодильник на 7 ч. Затем получившуюся смесь хорошо

взбейте с сахаром.

Сметана с томатным соусом

Ингредиенты

200 г сметаны, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, 40 г зелени укропа, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, измельчите в блендере. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Обжарьте овощи на масле 15 мин, затем добавьте сметану, готовьте еще 10 мин, смешайте с зеленью, посолите, уберите в холодильник на 2 ч.

Сыр

Ингредиенты

50 г корочек пшеничного хлеба, 4 л молока, кориандр, соль.

Способ приготовления

Молоко доведите до кипения, на слабом огне варите 10 ч. Добавьте соль, кориандр, хлеб, перемешайте, поместите в духовку, нагретую до 120 °С, на 5 ч. Выложите массу в марлю, подвесьте на 1 ч. Затем плотно завяжите марлю, на нее положите груз, уберите в холодное место на 1 день.

Закуски

Рулет из сала

Ингредиенты

700 г сала, 4 зубчика чеснока, 2 ст. л. сушеного укропа, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сало вымойте, тонко нарежьте. Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки, смешайте с укропом, перцем и солью, натрите этой смесью сало, сверните его рулетом. Оберните рулет фольгой, выложите на противень, запекайте при температуре 180 °C 40 мин. Перед подачей на стол рулет остудите.

Свинина с горчицей

Ингредиенты

1 кг свиной вырезки, 5 зубчиков чеснока, 3 ст. л. соли, 2 ст. л. горчицы, красный молотый перец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Мясо натрите солью, уберите в холодильник на 2 дня. В течение этого времени постоянно сливайте сок с мяса. Горчицу смешайте с чесноком, поперчите, натрите этой смесью мясо, туго его перевяжите нитками, повесьте в теплом месте на 3 дня. Перед подачей на стол свинину тонко нарежьте.

Куриный паштет

Ингредиенты

800 г куриного филе, 400 г куриных субпродуктов, 2 зубчика чеснока, по 1 моркови, головке репчатого лука, 2 ст. л. сушеного укропа, 1 ст. л. желатина, черный молотый перец, соль, 1,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте. Куриное филе и субпродукты вымойте, мелко нарежьте. В полиэтиленовый пакет положите овощи, мясо, желатин, укроп, посолите, поперчите. Воду доведите до кипения, положите в нее пакет, варите 1 ч. Затем остудите, уберите в холодильник на 4 ч.

Перед подачей на стол нарежьте рулет порционными кусочками.

Колбаса

Ингредиенты

1 кг свинины, 100 г свиного сала, 1 головка чеснока, тмин, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Свинину вымойте, нарежьте, пропустите через мясорубку. Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Полученный фарш смешайте с чесноком, тмином, посолите, поперчите, сформируйте колбасу, уберите в пакет, туго его перевяжите, варите в кипящей воде 1 ч, затем достаньте колбасу из пакета, обжарьте ее на сале с двух сторон по 20 мин.

Икра из грибов

Ингредиенты

300 г маринованных шампиньонов, 40 г зелени укропа, 50 мл растительного масла, 1 головка репчатого лука, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистите, вымойте, крупно нарежьте, обжарьте на масле, пропустите через мясорубку с грибами, посолите, поперчите. Выложите грибы с луком в глубокую емкость, посыпьте мелко нарезанной зеленью, уберите в холодильник на 1 ч.

Сельдь с горчичным соусом

Ингредиенты

300 г сельди, 50 мл растительного масла, 1 головка репчатого лука, 3 ст. л. горчицы, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1 ч. л. сахара.

Способ приготовления

Сельдь очистите, тонко нарежьте. Лук очистите, вымойте, нарежьте полукольцами. Уксус смешайте с сахаром, горчицей, маслом, залейте этой смесью сельдь, уберите в холодильник на 2 ч, затем добавьте лук.

Рулет из картофеля с яйцами

Ингредиенты

6 клубней картофеля, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 70 г муки, 50 г свиного сала, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель сварите до готовности, затем пропустите через мясорубку, лук мелко нарежьте, обжарьте на масле с салом до золотистого цвета. Яйца сварите вкрутую, измельчите. Картофель посолите, поперчите, смешайте с мукой, ровным слоем выложите на противень, на него положите лук, яйца и сало, сверните рулетом. Запекайте при температуре 120 °С 25 мин.

Драники с чесноком и сметаной

Ингредиенты

5 клубней картофеля, 2 перышка зеленого лука, по 1 яйцу, головке репчатого лука, по 100 г филе сельди, сметаны, 50 г муки, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель натрите на крупной терке, репчатый лук мелко нарежьте. Смешайте картофель, репчатый лук, яйцо, муку, посолите, поперчите. На сковороде нагрейте масло, небольшими порциями выкладывайте картофельную массу, обжаривайте с двух сторон по 10 мин. Затем выложите один драник на тарелку, смажьте сметаной. Украсьте блюдо кусочками филе и мелко нарезанным зеленым луком.

Закуска из картофеля со свеклой и сельдью

Ингредиенты

2 клубня картофеля, по 1 свекле, головке репчатого лука, 200 г сельди, 100 г сметаны, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель и свеклу сварите до готовности, картофель нарежьте толстыми кружочками, свеклу натрите на крупной терке, лук нарежьте кольцами. Свеклу смешайте со сметаной, слегка посолите. Сельдь крупно нарежьте. На картофель положите сельдь, свеклу со сметаной и лук, уберите в холодильник на 2 ч.

Чесночный хлеб

Ингредиенты

200 г ржаного хлеба, 70 г твердого сыра, 50 г сливочного масла, 3 зубчика чеснока.

Способ приготовления

Хлеб и сыр нарежьте тонкими ломтиками. Чеснок очистите,

измельчите с помощью чеснокодавилки. В сковороде растопите масло, с одной стороны обжарьте на нем хлеб до золотистой корочки, затем выложите его в форму, положите на него сыр. Запекайте при температуре 100 °С 15 мин, затем посыпьте чесноком.

Хлеб в молоке

Ингредиенты

150 г хлеба, 1 яйцо, 150 мл молока, 50 мл растительного масла, 0,5 ч. л. сахара, ванилин.

Способ приготовления

Хлеб нарежьте небольшими ломтиками. Молоко смешайте с яйцом, сахаром и ванилином, обмакните в эту смесь хлеб. В сковороде нагрейте растительное масло, обжаривайте на нем хлеб с двух сторон до образования золотистой корочки.

Бутерброды с баклажанами

Ингредиенты

150 г пшеничного хлеба, по 50 г сливочного масла, сметаны, 30 г зелени петрушки, 1 баклажан, 2 зубчика чеснока, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, баклажан нарежьте кружочками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Хлеб нарежьте тонкими ломтиками. Зелень вымойте, измельчите. На масле обжарьте баклажан с двух сторон. Сметану смешайте с чесноком и зеленью, посолите. На хлеб намажьте сметану, затем выложите кружочки баклажана, запекайте в духовке при температуре 90 °С 20 мин.

Кабачок в творожном кляре

Ингредиенты

1 кабачок, 2 яйца, 100 г творога, по 70 г муки, сметаны, 50 мл растительного масла, соль, 70 мл воды.

Способ приготовления

Кабачок вымойте, очистите, нарежьте кружочками. Яйца взбейте, смешайте с творогом, мукой, сметаной, влейте воду, посолите. В сковороде нагрейте масло, в творог обмакните кабачок, обжаривайте на масле с двух сторон по 15 мин.

Овощное рагу

Ингредиенты

3 клубня картофеля, 2 болгарских перца, по 1 помидору, кабачку, головке репчатого лука, 4 зубчика чеснока, 100 г сметаны, черный молотый перец, соль, 200 мл воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, кабачок натрите на крупной терке, лук нарежьте полукольцами, помидор, картофель и перец – кубиками, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. В сковороду выложите овощи, посолите, поперчите, залейте сметаной и водой, накройте крышкой, тушите 35 мин.

Салаты

Салат с печенью трески и зеленым горошком

Ингредиенты

150 г зеленого горошка, 100 г консервированной печени трески, 30 г зеленого лука, 70 мл сметаны, 2 яйца, по 1 головке репчатого лука, клубню картофеля, лимону, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель сварите, нарежьте кубиками, лук мелко нарежьте. Яйца сварите, нарежьте мелко. Печень разомните. Смешайте все компоненты, посолите, поперчите, перемешайте. Перед подачей на стол заправьте сметаной, украсьте салат ломтиками лимона.

Салат со свеклой и грибами

Ингредиенты

По 1 свекле, головке репчатого лука, 3 зубчика чеснока, по 100 г шампиньонов, сметаны, 1 ст. л. соли, по 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, сахара.

Способ приготовления

Лук мелко нарежьте, свеклу сварите, очистите, натрите на крупной терке, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Грибы вымойте, сварите, мелко нарежьте. Сметану смешайте с уксусом, сахаром, посолите, заправьте этой смесью грибы с овощами. Уберите в холодильник на 2 ч.

Салат из свеклы и хрена

Ингредиенты

2 свеклы, 100 г сметаны, 40 г зелени петрушки, укропа, 3 ст. л. тертого хрена, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, очистите, сварите до готовности, натрите на крупной терке. Зелень вымойте, измельчите. Свеклу смешайте с хреном, заправьте сметаной, посолите, посыпьте зеленью.

Салат из редьки с яйцами

Ингредиенты

По 2 редьки, яйца, 70 г сметаны, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Редьку вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Яйца сварите вкрутую, мелко нарежьте. Смешайте редьку с яйцами, посолите, поперчите, добавьте сметану, хорошо перемешайте.

Морковный салат

Ингредиенты

3 моркови, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. 3 %-ного уксуса, кориандр, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, лук мелко нарежьте, морковь натрите на крупной терке, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Полейте морковь уксусом, посолите, поперчите, уберите в холодильник на 2 ч. На растительном масле обжарьте лук, добавьте кориандр. Масло от лука слейте в морковь, добавьте чеснок, хорошо перемешайте.

Салат из моркови с творогом

Ингредиенты

4 моркови, 1 головка репчатого лука, 100 г творога, 70 г сметаны, 30 г зелени укропа, 1 ст. л. сахара, кориандр.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, лук мелко нарежьте, морковь натрите на крупной терке. Зелень вымойте, измельчите. Творог смешайте с сахаром, сметаной, добавьте кориандр и овощи, хорошо перемешайте.

Салат с зеленью

Ингредиенты

2 огурца, 1 зубчик чеснока, 200 г зеленого салата, 100 г белого хлеба, 50 г зелени укропа, петрушки, 100 мл оливкового масла, 50 мл растительного масла, 2 ч. л. 9 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, огурцы нарежьте тонкой соломкой, чеснок разрежьте на две части. Зелень вымойте, нарежьте. Хлеб нарежьте маленькими кубиками, натрите чесноком, обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Смешайте огурец, зелень и хлеб, посолите, заправьте оливковым маслом с уксусом,

перемешайте.

Салат с луком и яблоками

Ингредиенты

2 яблока, по 1 свекле, головке репчатого лука, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. тертого хрена, 1 ч. л. сахара.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, лук мелко нарежьте, свеклу натрите на крупной терке. Яблоки вымойте, удалите сердцевину, нарежьте соломкой. Смешайте яблоки и овощи, добавьте хрен и сахар, заправьте сметаной, хорошо перемешайте.

Салат из репы

Ингредиенты

1 репа, 0,5 вилка белокочанной капусты, 2 моркови, 100 г клюквы, 3 ст. л. меда, 2 ст. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, капусту нарежьте тонкой соломкой, репу и морковь натрите на крупной терке. Клюкву вымойте, засыпьте сахаром, уберите в холодильник на 1 ч, затем смешайте с медом и овощами, посолите.

Квашеные овощи

Капуста

Ингредиенты

1 кг белокочанной капусты, по 1 моркови, красному острому перцу, 5 зубчиков чеснока, соль, 3 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, капусту крупно нарежьте, морковь натрите на мелкой терке, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, острый перец мелко нарежьте. Капусту залейте 1,5 л воды, накройте крышкой, поставьте на нее груз, уберите в теплое место на 2 дня. Смешайте морковь с острым перцем и чесноком. В 1,5 л воды разведите соль. В банку слоями выложите капусту и морковь, налейте воду, поставьте в теплое место на 2 дня, затем уберите в холодильник на 1 день.

Капуста со свеклой

Ингредиенты

1,5 кг белокочанной капусты, 2 моркови, 1 свекла, 6 зубчиков чеснока, 5 горошин черного перца, 50 г зелени укропа, 3 ст. л. 9 %-ного уксуса, 1 ст. л. сахара, 3 ч. л. соли, 1,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, свеклу и капусту крупно нарежьте, морковь натрите на крупной терке. В глубокую емкость выложите свеклу, капусту, морковь, чеснок и измельченную зелень. Воду доведите до кипения, положите в нее соль, сахар, перец и уксус, варите еще 10 мин. Налейте воду в посуду с овощами, накройте крышкой, поставьте груз, уберите в теплое место на 2 дня.

Капуста с медом

Ингредиенты

1,5 кг белокочанной капусты, 4 болгарских перца, 3 ст. л. меда, 2 ст. л. соли, 1,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, крупно нарежьте, посолите. Воду доведите до кипения, положите в нее мед, хорошо перемешайте. Залейте капусту водой, накройте крышкой, поставьте груз, уберите в холодное место на 4 дня.

Огурцы с горчицей

Ингредиенты

3 кг огурцов, 100 г сухой горчицы, 50 г вишневых листьев, 30 г листьев хрена, 5 зонтиков укропа, 6 зубчиков чеснока, 2 ст. л. соли, 2 л воды.

Способ приготовления

Листья, укроп, огурцы вымойте. Чеснок очистите. Воду вскипятите, положите соль, горчицу, варите 5 мин. В банки выложите листья, огурцы, укроп, чеснок, залейте водой, закройте крышками. Уберите банки в прохладное место на 4 дня.

Чеснок с ягодами

Ингредиенты

6 головок чеснока, по 300 г брусники, клюквы, 2 ст. л. яблочного уксуса, 1,5 ст. л. соли, 700 мл воды.

Способ приготовления

Чеснок очистите. Ягоды вымойте, обсушите.

Воду доведите до кипения, положите в нее соль и уксус, кипятите 10 мин, затем остудите. В стерилизованные банки слоями выложите чеснок и ягоды, влейте рассол, уберите в прохладное место на 3 дня.

Перец

Ингредиенты

1 кг болгарского перца, 4 моркови, 2 головки репчатого лука, 50 мл растительного масла, 10 горошин черного перца, по 5 корней петрушки, сельдерея, 3 зубчика чеснока, 3 ст. л. соли, 2 ст. л. сахара, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, в перцах сделайте глубокий надрез, морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте. Воду доведите до кипения, положите в нее соль, сахар, перец и чеснок, варите 10 мин. Морковь и лук жарьте на масле 10 мин. В перцы положите морковь и лук, перевяжите их петрушкой и сельдереем, залейте водой, уберите в теплое место на 2 дня.

Лук

Ингредиенты

6 головок репчатого лука, 2 ст. л. 9 %-ного уксуса, 1 ст. л. сахара, соль, 1 л воды.

Способ приготовления

Лук очистите. Воду доведите до кипения, положите сахар, соль, уксус, кипятите 5 мин, добавьте лук, кипятите 2 мин. В стерилизованные банки выложите лук, залейте маринадом, накройте крышками, уберите в прохладное место на 2 дня.

Мучные блюда

Пирог с яблоками

Ингредиенты

350 г муки, 150 г сахара, 4 яблока, 2 яйца, 200 мл молока, 1 ст. л. дрожжей, ванилин.

Способ приготовления

Яйца взбейте с сахаром, в молоке растворите дрожжи, смешайте яйца с молоком, добавьте ванилин, муку, замесите тесто, накройте, уберите в теплое место на 1 ч. Яблоки крупно нарежьте, смешайте с тестом, выпекайте при 180 °С 30 мин.

Пирог с творогом и маком

Ингредиенты

600 г творога, 200 г муки, по 150 г мака, сливочного масла, 50 г сахара, 5 яиц, 100 мл молока, 2 ст. л. меда, 0,5 ч. л. соли, ванилин.

Способ приготовления

Смешайте 50 г сливочного масла, 2 яйца, муку, сахар, посолите, замесите тесто. В мак добавьте оставшееся масло, ванилин, молоко. В отдельной емкости смешайте творог, оставшиеся яйца и мед. Тесто тонко раскатайте, выложите его в глубокую форму, сформируйте бортики, положите на него мак, творог, выпекайте при 120 °С 30 мин.

Пирог с лимонной цедрой

Ингредиенты

300 г муки, 150 г сахара, 100 г сливочного масла, 5 яичных желтков, 50 мл растительного масла, 3 ст. л. тертой цедры лимона, сахарная пудра.

Способ приготовления

Смешайте желтки со сливочным маслом, сахаром и цедрой лимона, всыпьте муку, хорошо перемешайте. Форму смажьте маслом, налейте тесто, выпекайте в духовке, нагретой до 120 °С 25 мин, затем посыпьте пирог сахарной пудрой.

Вишневый пирог

Ингредиенты

300 г муки, 400 г сметаны, 250 г вишни без косточек, 200 г сахара, 150 г сливочного масла, ванилин.

Способ приготовления

200 г сметаны смешайте со сливочным маслом и 100 г сахара, всыпьте муку, замесите тесто. В оставшуюся сметану положите ванилин и остальной сахар, перемешайте, доведите до кипения. Тесто раскатайте, нарежьте тонкими полосками, выложите на них вишню, сверните трубочками. Выложите трубочки горкой на смазанный маслом противень, выпекайте при температуре 120 °С 20 мин, затем залейте сметаной, уберите в холодильник на 4 ч.

Пирог с черникой

Ингредиенты

400 г муки, 300 г черники, 250 г сахара, 200 г сливочного масла, 1 яйцо, 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, 1 ч. л. тертой цедры апельсина, 0,25 ч. л. соли.

Способ приготовления

В масло добавьте сахар, яйцо, уксус, всыпьте муку, замесите тесто, разделите его на две части в пропорции 2: 1. Чернику смешайте с цедрой. Одну часть теста тонко раскатайте, выложите в форму, сделайте бортики, положите на тесто чернику. Вторую часть теста измельчите в крошку, посыпьте чернику, выпекайте при температуре 180 °С 35 мин.

Пирог с творогом и медом

Ингредиенты

400 г творога, 300 г муки, 150 г сливочного масла, 100 г сахара, 2 яйца, 3 ч. л. меда, 1 ч. л. яблочного уксуса, 0,5 ч. л. соли, 70 мл воды.

Способ приготовления

Муку смешайте с маслом, водой, уксусом, посолите, замесите тесто, положите его в полиэтиленовый пакет на 30 мин. Яйца взбейте с сахаром, добавьте мед, творог, хорошо перемешайте. Разделите тесто на 8 частей, тонко их раскатайте. Смажьте каждую часть творогом, выложите их горкой на противень, выпекайте в духовке при температуре 120 °С 30 мин.

Хлеб

Ингредиенты

400 г пшеничной муки, 200 г ржаной муки, по 1 ст. л. дрожжей, соли, сахара, 700 мл воды.

Способ приготовления

Пшеничную муку просейте, смешайте с ржаной мукой. В теплой воде разведите дрожжи, добавьте соль, сахар, всыпьте муку, замесите тесто, уберите его в теплое место на 2 ч. Затем сформируйте из теста шар, выложите его в глубокую форму, выпекайте при температуре 180 ˚С 35 мин.

Пряники

Ингредиенты

300 г ржаной муки, 250 г черничного варенья, 200 г сливочного масла, 100 г сахара, 1 яйцо, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. меда.

Способ приготовления

Сливочное масло смешайте с сахаром, добавьте яйцо, мед, варенье и муку, хорошо перемешайте. Из получившегося теста сформируйте небольшие лепешки. Противень смажьте растительным маслом, положите на него пряники, выпекайте в духовке при температуре 180 ˚С 25 мин.

Печенье в глазури

Ингредиенты

400 г муки, 250 г сахара, 200 г сливочного масла, 150 г сметаны, 3 яйца, 2 ст. л. какао-порошка, 150 мл воды.

Способ приготовления

Яйца взбейте со 100 г сахара, смешайте со сливочным маслом, сметаной, всыпьте муку, замесите тесто. Воду доведите до кипения, положите в нее сахар, кипятите 10 мин, постоянно помешивая. Из теста сформируйте небольшие шарики, выложите их на противень, выпекайте в духовке, нагретой до 120 ˚С, 15 мин, затем полейте печенье сиропом, уберите в холодильник на 2 ч.

> *Хворост – это тонкое печенье, а свое название это кондитерское изделие получило из-за сходства по форме с маленькими веточками деревьев. Как правило, его украшают изюмом, орехами, или посыпают сахарной пудрой.*

Печенье с изюмом

Ингредиенты

300 г муки, 150 г сахара, по 100 г сливочного масла, изюма,

100 мл молока, 0,5 ч. л. пищевой соды, соль.

Способ приготовления

Масло растопите в сковороде, смешайте с сахаром, молоком, изюмом, содой, слегка посолите, затем всыпьте муку, замесите тесто, тонко его раскатайте. Вырежьте из теста небольшие кружочки, выложите их на противень, выпекайте при температуре 120 ˚С 20 мин.

Клецки с фаршем

Ингредиенты

300 г мясного фарша, 150 г муки, 50 г сливочного масла, по 1 клубню картофеля, яйцу, 80 мл растительного масла, зелень, соль.

Способ приготовления

Картофель натрите на крупной терке, смешайте с мукой, яйцом, посолите, сформируйте тонкие лепешки. Фарш обжарьте на сливочном масле, выложите в центр лепешек, сделайте шарики, обжаривайте их на растительном масле 15 мин.

Напитки

Медовая настойка

Ингредиенты

500 мл водки, 4 горошины черного перца, 2 ст. л. меда, 1 ст. л. корицы, 200 мл воды.

Способ приготовления

Водку смешайте с водой, добавьте мед, корицу и перец, доведите до кипения, варите 7 мин.

Затем получившийся раствор процедите, перелейте в бутылку.

Кисель

Ингредиенты

1 л молока, 200 г сахара, 2 ст. л. крахмала.

Способ приготовления

Молоко вскипятите, добавьте сахар, крахмал, варите 10 мин. Остудите, уберите в холодильник на 5 ч.

Овсяный кисель

Ингредиенты

200 г овсяной крупы, 100 г ржаного хлеба, 1 ст. л. крахмала, 2 л воды.

Способ приготовления

Крупу залейте водой, добавьте хлеб, крахмал, уберите в теплое место на 10 ч. Процедите, доведите до кипения, поставьте в прохладное место на 5 ч.

Квас из яблок

Ингредиенты

6 яблок, 100 г ржаной муки, 1 ч. л. дрожжей, 4 л воды.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, очистите, удалите сердцевину, нарежьте небольшими дольками. Воду доведите до кипения, положите яблоки, варите 15 мин, затем добавьте дрожжи, муку, накройте крышкой, поставьте в теплое место на 2 дня.

Грушевый квас

Ингредиенты

7 груш, 70 г муки, 1 ст. л. дрожжей, 3 л воды.

Способ приготовления

Груши вымойте, крупно нарежьте. Дрожжи растворите в воде, влейте в емкость с грушами, всыпьте муку, накройте крышкой, уберите в теплое место на 3 дня.

Молдавская кухня

Традиции молдавской кухни

Молдавия находится на пересечении торговых путей между югом и севером, западом и востоком, поэтому молдавская кухня впитала в себя традиции соседних государств. Способы обработки продуктов в молдавской кухне такие же, как в Греции, России, Украине, Турции, на Балканах. Принцип сочетания продуктов схож с еврейской, немецкой, средиземноморской и восточной кухнями. Но при этом молдавские кулинары придумывали и оригинальные рецепты, например, мамалыга. Сначала это блюдо готовили из проса, но с появлением кукурузы стали добавлять в блюдо и ее. Бедняки заменяли мамалыгой хлеб. Сейчас пшеничный хлеб занимает на молдавском столе почетное место.

В этой стране готовят большое количество пирогов – плэчинта (тонкий пирог из дрожжевого или слоеного теста) и вертута (рулет из дрожжевого, слоеного или вытяжного теста). Начинку пирогов делают из творога, лука, яиц, сыра, орехов и фруктов. В молдавской кухне также популярны пирожки с квашеной или свежей капустой.

Есть калачи, куличи, яблочные пироги, но особенно распространены здесь средиземноморские сладости из масляного и слоеного теста, медовые коврижки с корицей, песочное печенье. Молдаване также готовят черную бабку – пудинг, который запекается в духовке.

Кроме выпечки, есть сладости на фруктах, ягодах и орехах: альвица (халва), пелтя (желе), кито-ноагэ (пастила). Готовые сладости, как правило, пропитывают вином.

В Молдавии выращивают много винограда, фруктов, овощей и злаков, поэтому основной рацион питания у жителей этой страны состоит из растительной пищи. Овощи здесь запекают целиком, жарят, делают из них пюре, тушат, маринуют, солят. Наиболее распространены перец, помидоры, лук, баклажаны, тыква и кабачки, из бобовых – фасоль, чечевица и нут. Из овощей делают разнообразные гарниры, основные блюда, салаты и закуски, добавляют в супы и к мясу. К овощам подают острые соусы, сметану и брынзу. Особое место в этой кухне занимают кисломолочные продукты, которые добавляют в мясные, овощные, рыбные и мучные блюда.

В молдавской кухне широко используются субпродукты, из них готовят бараний ливер, говяжьи и свиные колбасы.

Разнообразны рецепты приготовления супов. Чорба – суп на мясном бульоне с необжаренными овощами и зеленью, с заправкой из сметаны и капустного рассола. Зама – это суп из

птицы с овощами, в который добавляется яйцо со сметаной. Сырбушка – суп с кукурузной мукой и молочной сывороткой.

Из напитков в Молдавии готовят разнообразные соки, кисели, компоты, сиропы. Самый распространенный напиток в этой стране – красное вино. Оно подается к мясу, овощам, выпечке.

В XX в. молдавская кухня очень изменилась, исчезли многие старинные блюда, но появились новые рецепты, такие, как салат «Кишиневский», огурчики по-тираспольски (мясное блюдо), большое количество тортов.

Первые блюда

Чорба

Ингредиенты

500 г курицы, 200 г консервированного зеленого горошка, 50 г сливочного масла, 2 яйца, по 1 корню петрушки, моркови, 3 веточки петрушки, 30 г зеленого лука, 100 мл молока, 1 ст. л. лимонного сока, соль, 3 л воды.

Способ приготовления

Курицу вымойте, положите в воду, посолите, варите 50 мин. Морковь вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Лук и петрушку вымойте, мелко нарежьте. Растопите в сковороде масло, положите в нее морковь и зелень, обжаривайте 10 мин. У курицы мясо отделите от костей, крупно его нарежьте, бульон процедите. Яйца смешайте с молоком, запекайте в духовке при температуре 120 °С 20 мин, затем получившийся омлет тонко нарежьте, положите его в куриный бульон, добавьте петрушку, лук, морковь, горошек, влейте лимонный сок, готовьте 15 мин. Перед подачей на стол положите в суп мясо.

Чорба с фасолью

Ингредиенты

200 г стручковой фасоли, 100 г зеленого лука, 2 зубчика чеснока, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. муки, 1 ч. л. 9 %-ного уксуса, красный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Фасоль вымойте, нарежьте. Лук и чеснок очистите, мелко нарежьте. Растительное масло нагрейте в сковороде, положите лук, чеснок и муку, обжаривайте 10 мин. Фасоль выложите в кастрюлю, налейте воду, варите 20 мин, затем добавьте лук с чесноком, уксус, посолите, поперчите, готовьте 15 мин.

Чорба с бараниной

Ингредиенты

500 г баранины, 50 г бараньего сала, 2 помидора, 1 головка репчатого лука, соль, 3 л воды.

Способ приготовления

Баранину вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи очистите, мелко нарежьте. Сало выложите в сковороду, жарьте

5 мин, затем добавьте мясо, готовьте 35 мин. В сковороду с мясом положите овощи, посолите, тушите 20 мин, затем переложите в глубокую емкость, налейте воду, готовьте еще 30 мин.

Чорба с пшенной крупой

Ингредиенты

200 г пшенной крупы, по 1 головке репчатого лука, моркови, помидору, веточке петрушки, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, мелко нарежьте, тушите на растительном масле 20 мин. Пшенную крупу сварите, посолите, добавьте овощи, варите еще 15 мин. Готовую чорбу украсьте петрушкой.

Чорба с брынзой

Ингредиенты

По 200 г брынзы, молодой крапивы, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. муки, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Брынзу нарежьте кубиками. Крапиву вымойте, варите 15 мин. Добавьте муку, соль и масло, готовьте еще 10 мин. В готовую чорбу положите брынзу.

Зама

Ингредиенты

400 г курицы, 100 г лапши, 50 г зелени петрушки, 3 клубня картофеля, по 1 помидору, болгарскому перцу, моркови, головке репчатого лука, 4 зубчика чеснока, 3 ст. л. кваса, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Курицу вымойте, нарежьте порционными кусочками. Чеснок и лук очистите, мелко нарежьте, морковь натрите на крупной терке, перец нарежьте соломкой, помидор и картофель очистите и нарежьте кубиками. В воду влейте квас, положите курицу, варите 1 ч, добавьте морковь, перец, лук и чеснок, готовьте еще 20 мин, запустите оставшиеся овощи и лапшу, посолите, варите на слабом огне 25 мин. Перед подачей на стол добавьте в заму мелко нарезанную зелень.

Зама с рыбой

Ингредиенты

600 г филе сома, 100 г риса, 50 г кукурузной муки, по 3 моркови, головки репчатого лука, соль, 200 мл кваса, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Рыбу нарежьте крупными кусками. Овощи очистите, нарежьте. В воду положите сома, варите 40 мин, добавьте овощи, рис, соль, готовьте еще 20 мин. Квас смешайте с мукой, влейте в заму, варите 15 мин.

Зама с мамалыгой

Ингредиенты

400 г филе сазана, 30 г зелени петрушки, 2 клубня картофеля, по 1 головке репчатого лука, моркови, соль, 100 мл кваса, 2,5 л воды.

Для мамалыги: 300 г кукурузной муки, соль, 700 мл воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель нарежьте небольшими брусочками, морковь – кубиками, лук мелко нарежьте. В кастрюлю положите рыбу, налейте воду, квас, посолите, варите 35 мин, добавьте овощи, готовьте еще 25 мин. Для мамалыги: воду доведите до кипения, всыпьте в нее муку, посолите, варите 1 ч, постоянно помешивая. Перед подачей на стол заму посыпьте мелко нарезанной зеленью, мамалыгу подавайте вместо хлеба.

Нут с мясом

Ингредиенты

400 г свинины, 200 г нута, 50 г томатной пасты, по 2 головки репчатого лука, моркови, 50 мл растительного масла, кориандр, красный молотый перец, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Нут замочите на 7 ч. Мясо вымойте, нарежьте порционными кусочками. Овощи очистите, вымойте, морковь нарежьте тонкой соломкой, лук мелко нарежьте. В сковороде нагрейте масло и обжаривайте мясо 15 мин, затем добавьте овощи, готовьте еще 10 мин. Воду доведите до кипения, положите в нее овощи, мясо и нут, варите 1 ч, затем добавьте томатную пасту, кориандр, посолите, поперчите, хорошо перемешайте, готовьте еще 20 мин.

Борщ с шампиньонами

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 3 зубчика чеснока, 2 яйца, по 1 свекле, головке репчатого лука, моркови, 200 г шампиньонов, 100 г

сметаны, 50 г сливочного масла, черный молотый перец, соль, 150 мл кваса, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи и грибы очистите, вымойте, свеклу крупно нарежьте, картофель – кубиками, морковь натрите на крупной терке, лук, грибы, чеснок мелко нарежьте. Свеклу запеките в духовке, затем натрите на крупной терке. Воду доведите до кипения, положите в нее овощи и грибы, варите 30 мин, посолите, поперчите, влейте квас, готовьте еще 15 мин. Яйца смешайте со сметаной и маслом, добавьте в борщ, варите 10 мин.

Суп с курицей

Ингредиенты

500 г курицы, 50 г зелени петрушки, 70 г сметаны, 4 клубня картофеля, по 1 головке репчатого лука, моркови, 60 мл растительного масла, по 1 ст. л. 3 %-ного уксуса, муки, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, картофель – небольшими кусочками. Зелень вымойте, измельчите. Курицу вымойте, нарежьте порционными кусочками. Масло нагрейте в сковороде, положите лук, морковь, зелень, уксус и муку, обжаривайте 15 мин. Курицу положите в воду, варите 40 мин, затем добавьте овощи и зелень, посолите, поперчите, готовьте еще 20 мин. Перед подачей на стол положите в суп сметану.

Суп с потрохами

Ингредиенты

5 клубней картофеля, 3 головки репчатого лука, 2 моркови, по 1 лимону, яйцу, 500 г куриных потрохов, 70 г сметаны, 50 г свиного жира, 30 г зелени петрушки, укропа, черный молотый перец, соль, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, морковь нарежьте тонкой соломкой, лук – полукольцами, картофель – брусочками. Зелень вымойте, измельчите. Лимон вымойте, нарежьте дольками. Яйцо взбейте. Потроха вымойте, залейте водой, варите 1 ч. На свином жире обжарьте морковь и лук, добавьте к потрохам, посолите, поперчите, положите картофель, варите 20 мин. Заправьте суп сметаной, запустите яйцо, зелень, готовьте 10 мин. Перед подачей на стол положите в суп лимон.

Овощной суп на молочной сыворотке

Ингредиенты

4 клубня картофеля, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 3 лавровых листа, 50 г кукурузной муки, 30 г зелени петрушки, 5 горошин черного перца, соль, 300 мл молочной сыворотки, 2 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, лук и морковь разрежьте на две части, картофель нарежьте крупными кубиками. Зелень вымойте, измельчите. В кастрюлю положите лук и морковь, посолите, налейте воду, варите 30 мин, выньте. Положите в бульон картофель, лавровый лист, перец, готовьте 25 мин. Сыворотку смешайте с мукой, налейте в картофель, доведите суп до кипения, посыпьте зеленью.

Суп с фрикадельками

Ингредиенты

300 г говядины, 70 г пропаренного риса, 50 г сливочного масла, 3 помидора, 2 головки репчатого лука, по 1 моркови, яйцу, черный молотый перец, соль, 2,5 л мясного бульона.

Способ приготовления

Овощи очистите, мелко нарежьте. Мясо вымойте, пропустите через мясорубку. Бульон доведите до кипения, положите в него овощи, варите 20 мин. Фарш смешайте с рисом, маслом и яйцом, посолите, поперчите, сформируйте небольшие шарики, положите их в суп, варите 10 мин.

Фасолевый суп

Ингредиенты

300 г копченой говяжьей грудинки, 200 г красной фасоли, 50 г зелени петрушки, укропа, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 500 мл кваса, 2 л воды.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 5 ч, грудинку нарежьте крупными кусками. Овощи очистите, вымойте, морковь натрите на крупной терке, репчатый лук мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. В кастрюлю налейте воду, положите в нее фасоль, варите 40 мин. Грудинку обжарьте с овощами на растительном масле до золотистого цвета. Добавьте мясо с овощами к фасоли, налейте квас, посолите, поперчите, варите 10 мин, добавьте в суп

зелень.

Суп с рисом

Ингредиенты

500 г курицы, 100 г риса, 50 г топленого масла, 30 г зелени петрушки, по 2 клубня картофеля, головки репчатого лука, черный молотый перец, соль, 100 мл кваса, 2,5 л воды.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин. Курицу вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи очистите, вымойте, картофель нарежьте брусочками, лук измельчите. В кастрюлю положите курицу, налейте воду, посолите, поперчите, варите 1 ч. Лук обжаривайте на масле в течение 20 мин. Лук и картофель добавьте вместе с рисом и квасом в кастрюлю, готовьте 25 мин, затем положите в суп мелко нарезанную зелень.

Суп с чечевицей

Ингредиенты

200 г зеленой чечевицы, 100 г лапши, 50 г сливочного масла, 30 г зелени петрушки, 1 головка репчатого лука, 3 ст. л. томатной пасты, 1 ст. л. лимонного сока, соль, 2,5 л мясного бульона.

Способ приготовления

Чечевицу замочите на 1 ч. Лук очистите, нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Бульон доведите до кипения, положите в него чечевицу, варите 30 мин. Обжарьте лук с томатной пастой на сливочном масле 15 мин, переложите в бульон, добавьте лимонный сок, лапшу, зелень, соль, готовьте 10 мин.

Тыквенный суп

Ингредиенты

300 г тыквы, 100 г риса, 1 ст. л. сахара, 2 л молока.

Способ приготовления

Рис замочите на 1 ч, тыкву вымойте, очистите, нарежьте маленькими кубиками. Молоко доведите до кипения, положите рис и тыкву, варите 25 мин, затем добавьте в суп сахар.

Суп с кабачками

Ингредиенты

По 1 кабачку, головке репчатого лука, 70 г манной крупы, 80 г сметаны, по 50 г сливочного масла, зелени петрушки, укропа,

черный молотый перец, соль, 2 л воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, кабачок нарежьте крупными кубиками. Зелень вымойте, мелко нарежьте. В воду положите лук и кабачок, варите 30 мин, затем выньте овощи. Кабачок протрите через сито, смешайте с овощным бульоном, добавьте измельченный лук, манную крупу, готовьте 25 мин. Положите в суп сметану, зелень, масло, посолите, поперчите, хорошо перемешайте.

Мясные блюда

Отбивная в тесте

Ингредиенты

400 г свинины, 100 г муки, 1 яйцо, 100 мл молока, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. сахара, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Свинину нарежьте тонкими ломтиками, слегка отбейте, посолите, поперчите, обжарьте на масле с двух сторон по 15 мин. Муку смешайте с сахаром, яйцом и молоком, окуните в кляр мясо, еще раз обжарьте его с двух сторон по 10 мин.

Свинина с овощным гарниром

Ингредиенты

500 г свинины, 150 г консервированного зеленого горошка, 50 г сливочного масла, по 4 клубня картофеля, зубчика чеснока, 3 помидора, 2 яйца, 100 мл молока, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Свинину вымойте, пропустите через мясорубку, смешайте с яйцами, посолите, поперчите. Овощи очистите, помидоры нарежьте крупно, картофель – тонкой соломкой, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. В сковороде растопите сливочное масло, положите овощи, жарьте 30 мин, затем соедините их с горошком, посолите. Из фарша сформируйте небольшие колбаски, поместите в холодильник на 3 ч, затем обмакните в молоко, обжаривайте на растительном масле с двух сторон по 15 мин. Подавайте свинину с овощным гарниром.

Свинина с фасолью

Ингредиенты

600 г свинины, 100 г фасоли, 80 г томатной пасты, 60 г свиного жира, 50 г зелени укропа, 3 зубчика чеснока, 2 головки репчатого лука, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 5 ч, затем сварите до готовности. Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи очистите, вымойте, лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью

чеснокодавилки. Томатную пасту смешайте с водой. В сковороде растопите свиной жир, обжарьте мясо до золотистого цвета, добавьте фасоль, овощи, посолите, поперчите, влейте воду с томатной пастой, тушите 45 мин. Перед подачей на стол посыпьте блюдо мелко нарезанной зеленью.

Колбаски из свинины

Ингредиенты

800 г мякоти свинины, 1 головка репчатого лука, 6 горошин черного перца, 5 зубчиков чеснока, 3 лавровых листа, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. крахмала, черный молотый перец, соль, 200 мл молока, 500 мл воды.

Способ приготовления

Мясо пропустите через мясорубку. Лук очистите, нарежьте кольцами. Чеснок очистите, измельчите. Фарш смешайте с крахмалом, чесноком, влейте молоко, посолите, поперчите, перемешайте, сформируйте небольшие колбаски. Обжарьте колбаски на масле с двух сторон по 10 мин. В глубокую форму выложите колбаски, лук, лавровый лист и перец горошком, влейте воду, поместите в духовку, нагретую до 120 °С на 30 мин.

Говяжьи колбаски

Ингредиенты

500 г говядины, 50 г свиного сала, 3 зубчика чеснока, 100 мл мясного бульона, 50 мл растительного масла, 0,5 ч. л. пищевой соды, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо и сало пропустите через мясорубку. Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Смешайте мясо с чесноком, добавьте соду, посолите, поперчите, влейте бульон, уберите в холодильник на 10 ч. Фарш разрежьте на 10 частей, обжарьте на масле с двух сторон по 15 мин.

Говядина с тыквой

Ингредиенты

500 г тыквы, 400 г говядины, 100 г пропаренного риса, 60 г топленого масла, по 2 головки репчатого лука, помидора, черный молотый перец, соль, 300 мл мясного бульона, 400 мл воды.

Способ приготовления

Тыкву вымойте, очистите, нарежьте маленькими кубиками. Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи

очистите, лук нарежьте полукольцами, помидоры – кружочками. Рис замочите на 30 мин, затем варите до готовности. В кастрюлю положите мясо, налейте воду, посолите, поперчите, варите 1 ч, затем добавьте лук, готовьте еще 15 мин. Глубокую форму смажьте маслом, положите в нее тыкву, мясо, затем рис, ровным слоем выложите помидоры, влейте бульон, поставьте в духовку, нагретую до 180 °С, на 30 мин.

Говядина с кукурузой

Ингредиенты

600 г говядины, 70 г томатной пасты, 3 болгарских перца, 2 початка кукурузы, 100 мл красного вина, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Говядину вымойте, нарежьте крупными кусочками. Перец вымойте, очистите, кукурузу разрежьте на две части, перец крупно нарежьте. Смешайте вино, томатную пасту, масло, посолите, поперчите, положите в маринад мясо, уберите в холодильник на 5 ч. На шампуры насадите мясо, кукурузу и перец, обжарьте на гриле до готовности, поливая маринадом.

Любые блюда молдавской кухни сдабривают соусами из трав, овощей, фруктов и ягод. Чаще всего в их состав входят чеснок, лук, петрушка, укроп, сельдерей, мята, кориандр, гвоздика, перец, лавровый лист. Именно они придают блюду неповторимый вкус и аромат.

Говяжий язык с чесноком

Ингредиенты

500 г говяжьего языка, 50 г сливочного масла, 2 зубчика чеснока, по 1 моркови, головке репчатого лука, черный молотый перец, соль, 1 л воды.

Способ приготовления

Язык вымойте. Овощи очистите, вымойте, чеснок мелко нарежьте, морковь и лук разрежьте на две части. В кастрюлю положите язык, морковь и лук, налейте воду, посолите, поперчите, варите 1,5 ч. Затем язык очистите, нарежьте тонкой соломкой. В сковороде растопите масло и обжарьте чеснок 5 мин. Перед подачей на стол полейте говяжий язык маслом с чесноком.

Гуляш из баранины

Ингредиенты

500 г баранины, 150 г сметаны, 60 г муки, по 3 головки репчатого лука, зубчика чеснока, 2 помидора, 1 болгарский перец, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи очистите, помидоры и лук нарежьте мелко, перец – тонкой соломкой, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. В сковороде нагрейте масло и обжаривайте мясо 30 мин, затем добавьте овощи, готовьте еще 20 мин. Положите муку, сметану, посолите, поперчите, тушите еще 30 мин.

Телятина с черносливом

Ингредиенты

600 г телятины, 150 г чернослива без косточек, 50 г сливочного масла, 40 г зелени петрушки, укропа, 5 клубней картофеля, 2 головки репчатого лука, 3 ст. л. томатной пасты, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Мясо вымойте, нарежьте порционными кусочками. Чернослив замочите на 1 ч. Лук очистите, вымойте, нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Картофель сварите. В сковороде растопите масло, обжарьте мясо, затем добавьте лук, томатную пасту, тушите еще 20 мин. Переложите все в форму, положите чернослив, посолите, поперчите, посыпьте зеленью, запекайте при температуре 120 °С 40 мин. Подавайте блюдо с картофелем.

Телятина с айвой

Ингредиенты

600 г телятины, 100 г айвы, 50 г свиного жира, 30 г зелени петрушки, укропа, 3 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Телятину вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Айву вымойте, удалите сердцевину, мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Свиной жир растопите в сковороде, мясо обжарьте до золотистой корочки, затем добавьте томатную пасту, айву, сахар, посолите, поперчите, готовьте еще 40 мин. Готовое блюдо посыпьте зеленью.

Куриные ножки с омлетом

Ингредиенты

500 г куриных ножек, 100 г молотых грецких орехов, по 50 г сливочного масла, зелени петрушки, укропа, 1 яйцо, черный молотый перец, соль, 200 мл молока.

Способ приготовления

Зелень вымойте, мелко нарежьте. Куриные ножки вымойте, снимите кожу, мясо отделите от костей, пропустите через мясорубку. Молоко смешайте с яйцом, добавьте зелень, посолите, поперчите. Сливочное масло растопите в сковороде и готовьте яйцо с молоком под крышкой 15 мин. Куриный фарш смешайте с орехами, посолите. В куриную кожу выложите фарш и омлет, перевяжите нитками, поместите в полиэтиленовый пакет, варите 45 мин.

Курица со сметаной

Ингредиенты

600 г курицы, по 100 г пропаренного риса, пшеничного хлеба, 100 г сметаны, по 50 г муки, сливочного масла, 100 мл молока, 70 мл сливок, 50 мл растительного масла, 1 яйцо, зелень, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Курицу вымойте, отделите мясо от костей, пропустите через мясорубку. Рис замочите на 30 мин, затем сварите. Хлеб размочите в молоке, смешайте с куриным фаршем, посолите, поперчите. Яйца взбейте со сливками, добавьте в фарш. Сформируйте из мяса небольшие шарики, запанируйте в муке, обжаривайте с двух сторон по 10 мин. Затем полейте сметаной, запекайте в духовке при температуре 180 °С 20 мин. Перед подачей на стол посыпьте блюдо мелко нарезанной зеленью, подавайте с рисом.

Курица в томате

Ингредиенты

800 г курицы, по 50 г топленого масла, муки, 1 головка репчатого лука, 4 ст. л. томатной пасты, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Курицу вымойте, нарежьте порционными кусочками. Лук очистите, вымойте, мелко нарежьте. Сковороду смажьте маслом, положите в нее курицу, лук, муку, томатную пасту, посолите, поперчите, закройте крышкой, тушите 45 мин.

Куриные котлеты с овощами

Ингредиенты

500 г куриного филе, 100 г муки, 60 г сливочного масла, 3 клубня картофеля, 2 помидора, 1 кабачок, тмин, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, пропустите через мясорубку.

Овощи очистите, натрите на крупной терке кабачок, картофель крупно нарежьте, помидоры – кружочками. Смешайте курицу с кабачком, посолите, поперчите, сформируйте небольшие котлеты, запанируйте их в муке, обжарьте на масле с двух сторон по 10 мин. Помидоры и картофель выпекайте в духовке 35 мин. Котлеты подавайте к столу с овощами.

Студень из курицы

Ингредиенты

1 кг курицы, 3 зубчика чеснока, по 1 моркови, головке репчатого лука, 4 горошины черного перца, 1 ст. л. желатина, красный молотый перец, 1 л воды.

Способ приготовления

Курицу вымойте, нарежьте крупными кусочками. Овощи очистите, вымойте, чеснок мелко нарежьте. В кастрюлю положите овощи, курицу, посолите, налейте воду, варите 2 ч. Затем добавьте перец горошком, красный молотый перец, варите еще 20 мин. Получившийся бульон процедите, добавьте желатин, хорошо перемешайте. В отдельную емкость выложите курицу, залейте бульоном с желатином, остудите, поставьте в холодильник на 5 ч.

Утка в остром соусе

Ингредиенты

1 кг утки, 100 г утиного жира, 50 г муки, 5 зубчиков чеснока, 3 помидора, 1 головка репчатого лука, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Утку вымойте, нарежьте порционными кусочками. Овощи очистите, помидоры крупно нарежьте, лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. В сковороде растопите жир, мясо посыпьте мукой, посолите, поперчите, жарьте 50 мин, постоянно помешивая. В отдельной кастрюле тушите овощи 30 мин, затем переложите добавьте их к утке, готовьте еще 20 мин.

Утка с капустой

Ингредиенты

1 кг утки, 50 г сливочного масла, 30 г зелени петрушки, 3 головка репчатого лука, 2 помидора, 0,5 вилка белокочанной капусты, 200 мл красного вина, 1 ч. л. сахара, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Утку вымойте, нарежьте порционными кусочками. Овощи очистите, капусту нашинкуйте, лук нарежьте полукольцами, помидоры – крупно. На сливочном масле обжарьте утку до золотистой корочки, добавьте овощи, сахар, посолите, поперчите, влейте вино, накройте крышкой, тушите 50 мин. Готовое блюдо украсьте зеленью.

Утка с абрикосами

Ингредиенты

1 кг утки, 200 г абрикосов, 100 г муки, 50 г сливочного масла, 4 помидора, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 200 мл куриного бульона, 50 мл белого вины, 1 ч. л. сахара, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Утку вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Абрикосы вымойте, удалите косточки. Овощи очистите, помидоры крупно нарежьте, лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. На масле обжарьте утку до золотистого цвета. В отдельной кастрюле тушите овощи 20 мин, добавьте их к утке, посолите, поперчите, влейте вино, добавьте сахар, готовьте 15 мин. В куриный бульон всыпьте муку, хорошо перемешайте, налейте в емкость с уткой и овощами, выложите абрикосы, тушите 30 мин.

Фаршированный перец

Ингредиенты

300 г мясного фарша, 100 г пропаренного риса, 50 г томатной пасты, 6 болгарских перцев, 2 моркови, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления

Овощи вымойте, у перцев срежьте плодоножку, удалите семена, морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте. Рис замочите на 30 мин, смешайте с фаршем, посолите,

поперчите. На сковороду выложите томатную пасту, налейте масло, положите лук и морковь, обжаривайте 10 мин, затем соедините с фаршем. Наполните перцы, залейте их водой, готовьте на слабом огне 40 мин.

Голубцы в виноградных листьях

Ингредиенты

400 г свинины, 200 г виноградных листьев, 50 г пропаренного риса, 30 г зелени петрушки, укропа, 2 помидора, черный молотый перец, соль, 400 мл куриного бульона, 100 мл кваса.

Способ приготовления

Мясо и зелень вымойте, мелко нарежьте. Рис замочите на 40 мин, виноградные листья вымойте. Помидоры вымойте, очистите от кожицы, нарежьте небольшими кубиками. Смешайте мясо, помидоры, зелень, рис, посолите, поперчите, выложите смесь на виноградные листья, заверните конвертиком, выложите в глубокую емкость, влейте куриный бульон и квас, накройте крышкой, готовьте 45 мин.

Тефтели в вине

Ингредиенты

По 400 г говядины, свинины, 100 г муки, 50 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, по 1 моркови, яйцу, 3 зубчика чеснока, 3 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, черный молотый перец, соль, по 300 мл воды, красного вина, 100 мл молока.

Способ приготовления

Мясо вымойте, пропустите через мясорубку.

Овощи очистите, вымойте, лук и чеснок мелко нарежьте, морковь натрите на мелкой терке. Мясной фарш смешайте с яйцом и молоком, посолите, поперчите, сформируйте небольшие шарики, запанируйте их в муке, затем обжарьте на масле до золотистого цвета. В емкость с тефтелями положите томатную пасту, морковь и лук, влейте уксус, воду и вино, тушите в течение 20 мин. Перед подачей на стол приправьте готовые тефтели чесноком.

К куриному мясу в молдавской кухне добавляют разные фрукты и ягоды. Например, курицу готовят с айвой и кизилом, гуся с ягодами смородины и малины. В качестве соуса подают сметану.

Мусака с бараниной

Ингредиенты

2 баклажана, по 1 помидору, кабачку, головке репчатого лука, 4 зубчика чеснока, 400 г мякоти баранины, 70 г сметаны, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Баранину вымойте, пропустите через мясорубку. Овощи очистите, кабачок натрите на крупной терке, лук и помидор мелко нарежьте, баклажаны нарежьте кружками. На масле тушите баранину и помидор 30 мин. Лук и кабачок смешайте со сметаной. В форму выложите половину баклажанов, залейте их половиной сметанной смеси, положите баранину с томатами, выложите оставшиеся баклажаны, залейте сметаной, посолите, запекайте при температуре 180 °С 1 ч.

Мусака со свининой

Ингредиенты

По 2 головки репчатого лука, клубня картофеля, по 1 моркови, яйцу, веточке петрушки, 0,5 вилка белокочанной капусты, 500 г свинины, 50 г панировочных сухарей, 70 г сметаны, 50 мл растительного масла, 1 ст. л. томатной пасты, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель и морковь натрите на крупной терке, лук мелко нарежьте, капусту нашинкуйте тонкой соломкой. Свинину нарежьте, пропустите через мясорубку, смешайте с яйцом, томатной пастой, посолите, поперчите.

На масле обжарьте свиной фарш 20 мин. Овощи смешайте со сметаной, тушите 15 мин. В форму ровным слоем выложите половину овощей, на них положите фарш, затем оставшиеся овощи, запекайте при температуре 180 °С 25 мин. Готовое блюдо украсьте петрушкой.

Рыбные блюда

Сом с картофелем

Ингредиенты

600 г сома, по 50 г сливочного масла, муки, 30 г зелени петрушки, укропа, 5 клубней картофеля, по 3 зубчика чеснока, помидоров, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сома вымойте, нарежьте порционными кусочками. Овощи очистите, помидоры и картофель крупно нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Зелень мелко нарежьте. Рыбу запанируйте в муке, посолите, поперчите. Масло растопите в сковороде, положите рыбу, обжарьте ее с двух сторон до готовности. Затем рыбу выньте, обжарьте картофель до готовности, добавьте помидоры, чеснок, тушите 20 мин. Соедините рыбу с овощами, посыпьте зеленью.

Сом с чесноком

Ингредиенты

500 г сома, 50 г зелени петрушки, по 1 головке репчатого лука, моркови, корню петрушки, 5 зубчиков чеснока, 2 лавровых листа. черный молотый перец, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи вымойте, очистите, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки, лук, зелень и корень петрушки мелко нарежьте, морковь натрите на крупной терке. Рыбу выложите в кастрюлю, налейте воду, положите лавровый лист, посолите, поперчите, варите 25 мин. Затем добавьте корень петрушки, овощи, тушите 30 мин. Готовое блюдо посыпьте зеленью.

Сом на гриле

Ингредиенты

700 г сома, 5 клубней картофеля, 4 помидора, 3 огурца, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, нарежьте порционными кусочками, посолите, поперчите. Овощи вымойте, огурцы и помидоры крупно нарежьте, картофель очистите, нарежьте

брусочками. На шампуры насадите рыбу и овощи, обжаривайте на гриле до готовности.

Судак в маринаде

Ингредиенты

500 г судака, по 100 г муки, российского сыра, 50 мл растительного масла, 3 зубчика чеснока, 1 ч. л. сахара, черный молотый перец, соль.

Для маринада: 2 корня петрушки, по 1 головке репчатого лука, моркови, 50 мл растительного масла, 5 горошин черного перца, 2 ст. л. 9 %-ного уксуса, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, нарежьте порционными кусочками. Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки, сыр натрите на крупной терке. Смешайте сыр, муку, чеснок, сахар, посолите, поперчите. Для маринада овощи очистите, вымойте, морковь нарежьте кружками, лук – полукольцами, петрушку измельчите. Смешайте овощи, петрушку, растительное масло, уксус, перец горошком, соль, положите в маринад рыбу, уберите в холодильник на 2 ч. Затем судака запанируйте в муке с сыром, обжарьте на масле с двух сторон по 15 мин.

Судак с чесночным соусом

Ингредиенты

500 г судака, 30 г зелени петрушки, 100 мл белого сухого вина, тимьян, красный молотый перец, соль.

Для соуса: 600 мл мясного бульона, 50 мл оливкового масла, 5 зубчиков чеснока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, нарежьте небольшими кусочками. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Рыбу положите в сковороду, влейте вино, добавьте петрушку, тимьян, посолите, поперчите, готовьте 25 мин. Для соуса чеснок очистите, мелко нарежьте, положите в бульон с маслом, посолите, поперчите. Перед подачей на стол залейте рыбу соусом.

Судак в чесночной панировке с орехами

Ингредиенты

1 кг судака, 150 г муки, 100 г молотых грецких орехов, 50 г сливочного масла, 4 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль, 100 мл

воды.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, нарежьте порционными кусочками. Лук и чеснок очистите, мелко нарежьте, выложите в сковороду с растительным маслом, добавьте муку, орехи, воду, соль, перец, готовьте 15 мин, постоянно помешивая. Обмакните рыбу в получившуюся смесь, обжарьте ее на сливочном масле на слабом огне с двух сторон по 20 мин.

Караси с чесноком

Ингредиенты

400 г карасей, 50 г зелени укропа, 40 г сливочного масла, 5 зубчиков чеснока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Чеснок очистите, мелко нарежьте, обжарьте на масле. Зелень вымойте, измельчите. Карасей посолите, поперчите, выложите на противень, запекайте при 180 °С 30 мин. Готовую рыбу полейте маслом с чесноком, посыпьте зеленью.

Карп в винном соусе

Ингредиенты

800 г карпа, 70 г муки, 50 г томатной пасты, 3 головки репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 200 мл красного вина, 70 мл растительного масла, 2 ст. л.лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу вымойте, разделайте, тонко нарежьте.

Овощи вымойте, очистите, лук нарежьте полукольцами, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Рыбу запанируйте в муке, обжарьте на масле с двух сторон по 10 мин. В отдельную емкость положите лук, чеснок, томатную пасту, налейте вино, лимонный сок, посолите, поперчите, тушите 15 мин, затем залейте этой смесью рыбу, варите еще 20 мин.

Карп в луковом соусе

Ингредиенты

700 г карпа, 50 г муки, 30 г зелени укропа, 4 головки репчатого лука, 3 помидора, 150 мл кваса, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Карпа вымойте, нарежьте небольшими кусочками. Овощи

вымойте, лук очистите, нарежьте кольцами, помидоры – небольшими кубиками. Зелень вымойте, измельчите. Рыбу запанируйте в муке, обжаривайте на масле 25 мин, постоянно помешивая. Отдельно потушите овощи с квасом, солью и перцем 20 мин. Перед подачей полейте рыбу получившимся соусом, посыпьте зеленью.

Осетрина с зеленью

Ингредиенты

600 г осетрины, 100 г муки, по 50 г зеленого лука, зелени петрушки, укропа, зубчика чеснока, 100 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Осетрину вымойте, нарежьте крупными кусочками. Чеснок очистите, мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Рыбу посолите, запанируй-те в муке, обжарьте на 50 мл масла 30 мин, постоянно помешивая. Отдельно обжарьте зелень с чесноком на масле 7 мин, посолите, затем добавьте к осетрине, готовьте еще 10 мин.

Зразы с овощами

Ингредиенты

600 г филе толстолобика, 100 г хлеба, 70 г панировочных сухарей, 50 г сливочного масла, 4 яйца, по 2 головки репчатого лука, моркови, 100 мл молока, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Рыбу пропустите через мясорубку. Овощи очистите, вымойте, мелко нарежьте. 3 яйца сварите вкрутую, нарежьте маленькими кубиками. Хлеб размочите в молоке, затем смешайте с рыбой, добавьте сырое яйцо, посолите, поперчите. Овощи обжарьте на сливочном масле 15 мин, добавьте вареные яйца. Из фарша сформируйте небольшие лепешки, выложите на них овощи с яйцами, сформируйте зразы, запанируйте их в сухарях, обжарьте на масле с двух сторон по 15 мин.

Блюда из овощей

Перец в сметанном соусе

Ингредиенты

5 болгарских перцев, 2 головки репчатого лука, 150 г сметаны, 50 г муки, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. соли.

Способ приготовления

Лук очистите, мелко нарежьте. Перцы вымойте, обжаривайте на масле на слабом огне до золотистого цвета. Переложите перцы в отдельную емкость, очистите, крупно нарежьте. В сковороду выложите лук и муку, жарьте 5 мин, добавьте сметану и перцы, посолите, готовьте 15 мин.

Перец в маринаде

Ингредиенты

4 болгарских перца, 3 зубчика чеснока, 100 мл растительного масла, 1 ст. л. 9 %-ного уксуса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Перец вымойте, очистите, крупно нарежьте.

Чеснок очистите, измельчите с помощью чеснокодавилки. Смешайте чеснок, масло, уксус, посолите, поперчите, залейте этой смесью перец, уберите в холодильник на 2 ч.

Перец под овощным маринадом

Ингредиенты

6 болгарских перцев, 4 помидора, 1 головка репчатого лука, 30 г зелени укропа, петрушки, 50 мл растительного масла, по 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, сахара, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте. Помидоры крупно нарежьте, лук очистите, нарежьте мелко. Зелень вымойте, измельчите. На противень выложите перцы, запекайте их в духовке, нагретой до 100 °С, 20 мин. В сковороде на масле потушите помидоры и лук с сахаром, уксусом, солью 25 мин. Перед подачей на стол залейте перцы помидорами, посыпьте зеленью.

Перец с рисом и грибами

Ингредиенты

6 болгарских перцев, 4 зубчика чеснока, 3 вареных яйца, 250 г шампиньонов, 100 г пропаренного риса, 70 г пармезана, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Перец вымойте, удалите плодоножку и семена. Грибы и чеснок очистите, вымойте, нарежьте. На масле обжарьте грибы 20 мин. Перец положите в кипящую воду на 5 мин. Рис сварите. Яйца нарежьте кубиками. Сыр натрите на крупной терке. Смешайте яйца, грибы, рис, чеснок, посолите, поперчите, нафаршируйте перцы, посыпьте тертым сыром, уберите в холодильник на 2 ч.

Перец под соусом

Ингредиенты

7 болгарских перцев, 4 помидора, 2 головки репчатого лука, 70 г сметаны, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. сахара, корица, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, нарежьте. В сковороду налейте масло, положите лук и помидоры, тушите 15 мин. Затем добавьте сметану, корицу, сахар, соль, варите еще 10 мин. В полученную смесь выложите перец, готовьте 25 мин.

Картофляники

Ингредиенты

7 клубней картофеля, 2 яйца, 100 г брынзы, по 50 г зелени укропа, сметаны, растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Картофель вымойте, очистите. Брынзу и картофель натрите на крупной терке. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Смешайте картофель, брынзу, сметану, зелень и яйца, посолите, поперчите. В сковороду налейте масло, небольшими порциями выкладывайте картофельную массу, обжаривайте с двух сторон по 10 мин.

Голубцы с овощами

Ингредиенты

0,5 вилка белокочанной капусты, 3 головки репчатого лука, 2 моркови, 150 г виноградных листьев, 70 г длиннозерного риса, 60 г сливочного масла, по 30 г зелени укропа, зеленого лука, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления

Виноградные листья вымойте, рис замочите на 30 мин, затем сварите до полуготовности. Овощи вымойте, очистите, капусту тонко нашинкуйте, морковь натрите на крупной терке, лук и зелень мелко нарежьте. В сковороде растопите масло, положите овощи и зелень, тушите 20 мин. Затем овощную смесь посолите, смешайте с рисом, выложите все на виноградные листья, сверните. Положите голубцы в кастрюлю, залейте водой, варите 15 мин.

Картофельная запеканка с чечевицей

Ингредиенты

6 клубней картофеля, 1 головка репчатого лука, 70 г чечевицы, по 50 г свиного сала, томатной пасты, черный молотый перец, соль, 500 мл воды.

Способ приготовления

Овощи очистите, вымойте, картофель нарежьте кружочками, лук мелко нарежьте. Чечевицу измельчите в блендере. Свиное сало растопите в сковороде, обжарьте лук, чечевицу 15 мин. Воду смешайте с томатной пастой, посолите, поперчите. В форму положите картофель, на него выложите чечевицу с луком, влейте воду, запекайте при температуре 120 °С 35 мин.

Картофель с грибами

Ингредиенты

6 клубней картофеля, 2 головки репчатого лука, 150 г шампиньонов, по 50 г сливочного масла, растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи и грибы очистите, вымойте, картофель нарежьте тонкими ломтиками, лук и грибы мелко нарежьте. В сковороде на растительном масле обжарьте картофель и лук 15 мин, затем добавьте грибы, сливочное масло, посолите, поперчите, накройте крышкой, тушите на слабом огне, постоянно помешивая, 25 мин.

Картофель с овощами

Ингредиенты

6 клубней картофеля, 3 кабачка, 2 помидора, 100 г сметаны, 50 г зелени петрушки, укропа, 80 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, картофель нарежьте кубиками, помидоры – небольшими дольками, кабачки натрите на крупной терке. Зелень вымойте, мелко нарежьте. В кастрюлю выложите кабачки и картофель, налейте сметану и растительное масло, посолите, поперчите, тушите 45 мин. На готовое блюдо выложите помидоры, посыпьте его зеленью.

Фаршированные баклажаны

Ингредиенты

3 баклажана, 2 болгарских перца, по 1 помидору, головке репчатого лука, 30 г зелени укропа, 80 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, баклажаны разрежьте вдоль пополам, перец и помидоры мелко нарежьте, лук – полукольцами. В сковороду налейте 40 мл масла, выложите помидоры и перец, тушите 30 мин. Затем этой смесью залейте баклажаны, поместите их в духовку, нагретую до 120 °С, на 20 мин. Затем залейте баклажаны оставшимся маслом, посолите, посыпьте луком и мелко нарезанной зеленью.

Баклажаны в белом вине

Ингредиенты

3 баклажана, по 1 моркови, головке репчатого лука, 100 мл белого сухого вина, 50 мл растительного масла, соль, 300 мл воды.

Способ приготовления

Баклажаны вымойте, очистите, разрежьте пополам вдоль. Лук и морковь очистите, вымойте, мелко нарежьте. В сковороде на масле обжарьте лук и морковь 15 мин. Затем на половинки баклажанов положите лук и морковь, посолите, накройте второй половинкой, поместите их в форму, налейте вино и воду, запекайте при температуре 180 °С 25 мин.

Цветная капуста с сыром

Ингредиенты

По 1 головке цветной капусты, яйцу, 100 г брынзы, 50 г сливочного масла, 30 г зелени петрушки, 70 мл молока, соль.

Способ приготовления

Капусту вымойте, разберите на соцветия. Брынзу натрите на крупной терке. Зелень вымойте, мелко нарежьте. Яйцо взбейте с

молоком и сливочным маслом. В форму ровным слоем выложите капусту, посыпьте сыром, залейте яйцом с молоком, посолите, запекайте в духовке 30 мин при температуре 120 °С. Перед подачей на стол посыпьте блюдо зеленью.

Свекла с капустой

Ингредиенты

По 1 свекле, головке репчатого лука, 300 г квашеной капусты, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Свеклу вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Лук очистите, мелко нарежьте. На масле обжаривайте лук и свеклу 25 мин, посолите, поперчите, добавьте капусту, тушите еще 15 мин.

Лук в сырной корочке

Ингредиенты

100 г российского сыра, 60 г сливочного масла, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо, соль.

Способ приготовления

Лук вымойте, очистите, нарежьте кольцами.

Сыр натрите на крупной терке, смешайте с яйцом, посолите. В сковороде растопите масло. Лук обмакните в сыр с яйцом, затем обжарьте на масле.

Редька с брынзой

Ингредиенты

1 редька, 100 г брынзы, 30 г зеленого лука, 50 мл растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Брынзу натрите на крупной терке. Редьку вымойте, очистите, мелко нарежьте. В форму выложите редьку, посыпьте брынзой, посолите, поперчите, налейте масло, поставьте в духовку, нагретую до 100 °С, на 10 мин. Перед подачей посыпьте блюдо мелко нарезанным зеленым луком.

Фасоль с луком

Ингредиенты

300 г стручковой фасоли, 50 мл растительного масла, 4 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, соль.

Способ приготовления

Фасоль и овощи вымойте, очистите, лук мелко нарежьте, чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Фасоль варите в соленой воде 25 мин. В сковороде на масле обжаривайте фасоль и лук 15 мин, затем добавьте чеснок, посолите, готовьте еще 20 мин.

Блюда из кукурузы, круп и бобовых

Мамалыга

Ингредиенты

200 г кукурузной крупы, 100 г сметаны, соль, 800 мл воды.

Способ приготовления

Воду доведите до кипения, положите в нее крупу, посолите, варите 2 ч. Затем кастрюлю переверните, аккуратно выньте из нее мамалыгу и подавайте на стол со сметаной.

Кукуруза с творогом

Ингредиенты

300 г кукурузной крупы, 150 г творога, соль, 900 мл воды.

Способ приготовления

Кукурузную крупу просейте, положите в кипящую воду, посолите, варите 1 ч. Затем в глубокую емкость выложите половину крупы, творог, оставшуюся часть крупы, уберите в холодильник на 1 ч.

Фасоль с овощами

Ингредиенты

100 г белой фасоли, 3 зубчика чеснока, по 1 головке репчатого лука, болгарскому перцу, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. 3 %-ного уксуса, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Фасоль замочите на 4 ч, затем сварите. Овощи вымойте, очистите, мелко нарежьте. Фасоль пропустите через мясорубку, смешайте с овощами, добавьте уксус, посолите, поперчите, сформируйте небольшие шарики. В сковороде нагрейте масло, обжаривайте в нем шарики 10 мин.

Запеченная кукуруза

Ингредиенты

4 початка кукурузы, 3 лавровых листа, кориандр, черный молотый перец, соль, 100 мл воды.

Способ приготовления

Кукурузу очистите от листьев. В воду положите кориандр, лавровый лист, поперчите, посолите, поставьте в теплое место на

3 дня. В полученный соус обмакните кукурузу, наденьте ее на шампуры, запекайте на гриле со всех сторон по 15 мин.

Блюда из яиц

Омлет с творогом

Ингредиенты

4 яйца, 100 г творога, 80 г муки, 50 г сливочного масла, 30 г зеленого лука, 100 мл молока, соль.

Способ приготовления

Яйца взбейте с молоком, добавьте муку, хорошо перемешайте. Лук вымойте, мелко нарежьте. В сковороде растопите масло, вылейте яичную смесь, накройте крышкой, готовьте 15 мин. Затем омлет остудите, положите на него творог с луком, сверните рулетом, запекайте при температуре 120 ˚С 15 мин. Готовый омлет нарежьте порционными кусочками.

Яичные котлеты

Ингредиенты

7 яиц, 3 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 200 г муки, 100 г пшеничного хлеба, 40 г сливочного масла, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок мелко нарежьте. Хлеб размочите в молоке, яйца сварите, нарежьте кубиками. Лук обжарьте на растительном масле. Смешайте яйца, лук и чеснок, добавьте хлеб, посолите, сформируйте небольшие котлеты, запанируйте в муке, обжарьте на масле с двух сторон по 10 мин.

Яйца с перцем

Ингредиенты

4 яйца, 2 болгарских перца, 50 г зеленого лука, 100 мл сливок, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Перец вымойте, крупно нарежьте, запекайте в духовке при температуре 120 ˚С 15 мин, затем мелко нарежьте. Лук вымойте, измельчите. В керамические горшочки положите перец, лук, влейте сливки, посолите, поперчите, залейте яйцами, запекайте при той же температуре 15 мин.

Рулет с ветчиной и овощами

Ингредиенты

5 яиц, по 1 болгарскому перцу, головке репчатого лука, 200 г муки, 150 г ветчины, 100 г сметаны, 50 мл растительного масла, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, перец нарежьте тонкой соломкой, лук измельчите. Ветчину нарежьте небольшими кубиками. На масле обжаривайте овощи и ветчину 15 мин, затем посолите. Яйца взбейте со сметаной, влейте в форму, запекайте при температуре 120 °С 20 мин. Затем на омлет выложите овощи, сверните рулетом, запекайте еще 15 мин.

Закуски

Паштет из курицы с рисом

Ингредиенты

300 г куриного филе, 100 г длиннозерного риса, по 70 г изюма, кураги, по 50 г измельченных грецких орехов, сметаны, 3 вареных яйца, 1 груша, 0,5 ч. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Филе вымойте, отварите в соленой воде до готовности. Рис замочите на 30 мин, затем отварите до готовности. Изюм и курагу замочите на 1 ч. Грушу вымойте, очистите, нарежьте маленькими кубиками. Яйца мелко нарежьте. Курицу, изюм и курагу пропустите через мясорубку, смешайте с рисом, грушей и яйцами, добавьте сахар, сметану, слегка посолите, все хорошо перемешайте.

Паштет из перца

Ингредиенты

4 болгарских перца, 80 г плавленого сыра, 60 г сливочного масла, 30 г зелени укропа, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Перец вымойте, опустите в кипящую воду на 5 мин, очистите, мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Смешайте перец, зелень, тертый сыр, масло, посолите, поперчите, слегка взбейте.

Фаршированные огурцы

Ингредиенты

3 соленых огурца, 2 зубчика чеснока, 1 головка репчатого лука, 200 г куриного филе, 70 г сметаны, 30 г зелени петрушки, укропа, 60 мл растительного масла, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Огурцы разрежьте вдоль, выньте мякоть с семенами. Чеснок и лук вымойте, очистите. Филе вымойте, пропустите через мясорубку с чесноком и луком, посолите, поперчите, выложите в сковороду с маслом, обжаривайте 20 мин, постоянно помешивая. Затем полученную смесь выложите в огурцы, залейте их майонезом, украсьте укропом и петрушкой, уберите в холодильник на 1 ч.

Морковь с черносливом и яблоками

Ингредиенты

6 корнеплодов моркови, 2 яблока, 100 г чернослива без косточек, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. сахара.

Способ приготовления

Морковь вымойте, очистите, нарежьте кубиками. Яблоки вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Чернослив замочите на 45 мин, затем мелко нарежьте. В сковороде растопите масло, положите морковь, готовьте 10 мин, затем добавьте яблоки и чернослив, сахар, тушите 15 мин на слабом огне, постоянно помешивая.

Яблоки с рисом и изюмом

Ингредиенты

5 яблок, 70 г пропаренного риса, 50 г изюма, 80 мл сливок, 3 ч. л. меда, ванилин, корица.

Способ приготовления

Рис замочите на 30 мин, затем отварите до готовности. Изюм замочите на 20 мин. Яблоки вымойте, разрежьте на две части, вырежьте серединку. Смешайте изюм, рис, ванилин и мед, влейте сливки, добавьте корицу, хорошо перемешайте, наполните смесью яблоки, выложите их на противень, запекайте при температуре 180 ˚С 25 мин.

Вертуты из лаваша

Ингредиенты

2 тонких лаваша, по 1 головке репчатого лука, яйцу, 0,5 вилка белокочанной капусты, по 50 г зелени укропа, петрушки, 60 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Капусту нашинкуйте, лук нарежьте мелко. Зелень вымойте, измельчите. Лаваш разрежьте на две части. В сковороду налейте 30 мл масла, выложите овощи, тушите 20 мин, посолите, поперчите. Овощи смешайте с яйцом, выложите на лаваш, посыпьте зеленью, сверните рулетом, обжарьте с двух сторон на оставшемся масле по 5 мин.

Творог с брынзой

Ингредиенты

200 г творога, 150 г брынзы, 3 зубчика чеснока, 1 головка

репчатого лука, кориандр, соль.

Способ приготовления

Лук и чеснок очистите, измельчите. Брынзу нарежьте кубиками. В творог положите брынзу, лук, чеснок, кориандр, посолите, перемешайте.

Салаты

Салат из курицы с сельдереем

Ингредиенты

300 г куриного филе, 3 яблока, 1 корень сельдерея, 70 г сметаны, 50 мл растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Сельдерей вымойте, очистите, мелко нарежьте. Яблоки вымойте, очистите, нарежьте тонкой соломкой. Филе вымойте, нарежьте небольшими кусочками, затем обжарьте на масле до золотистой корочки. Соедините яблоки, курицу, сельдерей, влейте лимонный сок, посолите, поперчите, заправьте сметаной.

Салат из моркови с чесноком

Ингредиенты

6 корнеплодов моркови, 3 зубчика чеснока, 30 г зелени петрушки, 50 мл растительного масла, 2 ч. л. 3 %-ного уксуса, красный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Морковь вымойте, сварите, очистите, нарежьте.

Чеснок очистите, измельчите. Петрушку вымойте, мелко нарежьте. Смешайте овощи и петрушку, добавьте масло, уксус, соль, перец, перемешайте.

Салат с редисом и куриной печенью

Ингредиенты

250 г редиса, 100 г куриной печени, 70 г сметаны, 50 г муки, 50 мл растительного масла, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Редис вымойте, нарежьте. Печень нарежьте, посолите, поперчите, запанируйте в муке, обжарьте на масле 20 мин, пропустите через мясорубку. Смешайте редис и печень, добавьте сметану.

Салат с кукурузой и грибами

Ингредиенты

200 г консервированной кукурузы, 150 г шампиньонов, 100 г

сметаны, 30 г зелени укропа, по 1 моркови, головке репчатого лука, вареному яйцу, соль.

Способ приготовления

Грибы и овощи очистите, вымойте, грибы и морковь отварите, затем мелко нарежьте, лук нарежьте маленькими кубиками. Яйца нарежьте тонкой соломкой. Укроп вымойте, измельчите. Смешайте овощи, кукурузу, грибы и яйца, посолите, заправьте сметаной, посыпьте зеленью.

Салат из творога с сельдереем

Ингредиенты

150 г творога, 100 г измельченных грецких орехов, 70 г сметаны, 4 яблока, 1 корень сельдерея, 50 мл молока, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. сахара.

Способ приготовления

Яблоки и сельдерей очистите, нарежьте тонкой соломкой. Творог смешайте с молоком, добавьте остальные ингредиенты, перемешайте.

Соусы

Томатный соус

Ингредиенты

5 помидоров, по 1 головке репчатого лука, моркови, корню петрушки, по 50 г сливочного масла, муки, 400 мл куриного бульона, 1 ст. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Овощи вымойте, очистите, морковь натрите на крупной терке, лук измельчите, помидоры нарежьте небольшими кусочками. Бульон доведите до кипения, добавьте муку. В сковороде растопите масло, выложите овощи, тушите 25 мин, затем налейте бульон, добавьте сахар, посолите, готовьте еще 15 мин. Перед подачей соус остудите.

Ореховый соус

Ингредиенты

150 г молотых грецких орехов, 50 г белого хлеба, 2 зубчика чеснока, 100 мл молока, 70 мл растительного масла, 2 ч. л. лимонного сока, 0,5 ч. л. соли.

Способ приготовления

Чеснок очистите, мелко нарежьте. Хлеб размочите в молоке. Орехи смешайте с хлебом и чесноком, протрите полученную массу через сито, затем налейте лимонный сок, растительное масло, посолите, хорошо перемешайте.

Соус с грибами

Ингредиенты

200 г шампиньонов, 50 г сливочного масла, 30 г зелени петрушки, 3 зубчика чеснока, 2 головки репчатого лука, 300 мл томатного сока, 70 мл красного вина, 1 ст. л. томатной пасты, соль.

Способ приготовления

Грибы и лук вымойте, очистите, мелко нарежьте. Чеснок измельчите с помощью чеснокодавилки. Зелень вымойте, измельчите. В сковороде растопите масло, положите в нее грибы и лук, обжаривайте 10 мин, затем налейте вино, томатный сок, добавьте томатную пасту, посолите, готовьте еще 25 мин. В готовый соус положите чеснок и зелень, перемешайте.

Соус с яйцами

Ингредиенты

2 вареных яйца, по 50 г муки, сливочного масла, 30 г зелени петрушки, укропа, 250 мл сливок, 1 ст. л. лимонного сока, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Вареные яйца нарежьте маленькими кубиками.

Зелень вымойте, измельчите. Сливочное масло растопите в сковороде, всыпьте муку, влейте сливки, варите 15 мин. Затем добавьте яйца и зелень, поперчите, посолите, влейте лимонный сок, слегка взбейте.

Овощной соус

Ингредиенты

2 головки репчатого лука, по 1 моркови, корню петрушки, 0,5 корня сельдерея, 100 г томатного пюре, 250 мл куриного бульона, 50 мл растительного масла, 1 ч. л. сахара, соль.

Способ приготовления

Овощи и корни вымойте, очистите, нарежьте соломкой, выложите на сковороду с разогретым маслом, посолите, добавьте томатное пюре, тушите 15 мин, добавьте куриный бульон, сахар, готовьте еще 20 мин. Перед подачей соус остудите.

Фруктовые и ягодные соусы можно подавать как самостоятельное блюдо, так и как дополнение к мясу и рыбе. Они придают любому блюду насыщенный пикантный вкус.

Сметанный соус

Ингредиенты

200 г сметаны, 70 г муки, 50 г сливочного масла, 150 мл куриного бульона, 1 ст. л. сахара, черный молотый перец.

Способ приготовления

Масло растопите, добавьте муку, обжаривайте 10 мин, добавьте сметану и бульон, сахар, поперчите, варите 20 мин. Соус остудите, процедите.

Сметанный соус с луком

Ингредиенты

200 г сметаны, 100 г сливочного масла, 50 г муки, 2 головки

репчатого лука, 100 мл мясного бульона, соль.

Способ приготовления

Лук очистите, мелко нарежьте, тушите на масле 15 мин, затем добавьте муку и сметану, готовьте еще 10 мин. В соус влейте бульон, посолите, варите 20 мин, постоянно помешивая.

Сметанно-томатный соус

Ингредиенты

4 помидора, 250 г сметаны, 50 г сливочного масла, 200 мл куриного бульона, 2 ст. л. муки, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Помидоры вымойте, очистите, мелко нарежьте. Сковороду смажьте маслом, выложите сметану и всыпьте муку, готовьте 5 мин, помешивая, затем добавьте томаты, готовьте еще 10 мин, влейте бульон, посолите, поперчите, варите 15 мин.

Фруктово-ягодные десерты

Варенье из крыжовника

Ингредиенты

1 кг крыжовника, 1,2 кг сахара, 100 г молотых грецких орехов, 300 мл воды.

Способ приготовления

Крыжовник вымойте, ягоды проколите, засыпьте сахаром, поставьте в холодильник на 2 ч. Затем добавьте воду, орехи, варите 40 мин, уберите в холодильник на 5 ч, снова варите 1 ч.

Пастила из айвы с яблоками

Ингредиенты

300 г айвы, 100 г сахара, 2 яблока, 2 ст. л. цедры лимона, 1 ст. л. лимонного сока, сахарная пудра, 100 мл воды.

Способ приготовления

Айву и яблоки вымойте, очистите, разрежьте пополам, удалите сердцевину, выложите их в сковороду, влейте воду, тушите 20 мин, затем натрите на крупной терке. В сковороду выложите айву с яблоками, добавьте сахар, цедру лимона, лимонный сок, варите 30 мин, помешивая. Затем ровным слоем выложите на противень, накройте марлей, уберите в сухое место на 3 дня. Пастилу нарежьте кусочками, посыпьте сахарной пудрой.

Яблоки с орехами и изюмом

Ингредиенты

5 яблок, по 100 г молотых грецких орехов, изюма, 2 ч. л. сахара, ванилин, корица.

Способ приготовления

Яблоки вымойте, разрежьте на две части, вырежьте середину. Изюм замочите на 30 мин, затем смешайте с орехами, сахаром, ванилином и корицей, выложите эту смесь в яблоки, запекайте при температуре 120 °С 20 мин.

Мучные блюда

Галушки с брынзой

Ингредиенты

250 г муки, 200 г брынзы, 50 г сливочного масла, 2 яйца, соль.

Способ приготовления

Яйца взбейте, добавьте масло, муку, посолите, замесите тесто. Брынзу натрите на крупной терке. Тесто раскатайте, нарежьте квадратами, варите 10 мин. Готовые галушки посыпьте брынзой.

Жареная лапша

Ингредиенты

200 г муки, 100 г брынзы, 50 г сливочного масла, 30 г зелени петрушки, укропа, 2 головки репчатого лука, 2 яйца, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Лук очистите, мелко нарежьте. Зелень вымойте, измельчите. Брынзу натрите на крупной терке. Муку смешайте с яйцами, замесите тесто, тонко его раскатайте, нарежьте соломкой. Сварите лапшу в соленой воде. В сковороде растопите масло, положите в нее лапшу и лук, обжаривайте 10 мин. Затем переложите лапшу в отдельную посуду, посолите, поперчите, посыпьте сыром и зеленью.

Вертута с вишней

Ингредиенты

500 г муки, 300 г вишни без косточек, 400 г сметаны, 250 г сахара, 100 г сливочного масла, по 1 ч. л. 9 %-ного уксуса, крахмала, ванилин, разрыхлитель для теста.

Способ приготовления

Сметану смешайте со сливочным маслом, добавьте разрыхлитель для теста, уксус, всыпьте муку, замесите тесто, затем уберите его в холодное место на 2 ч. Далее тесто тонко раскатайте, выложите на него вишню, посыпьте сахаром, ванилином, сверните рулетом, поместите на смазанный противень. Запекайте вертуту в духовке, нагретой до 180 °С, 25 мин.

Плацинды с тыквой

Ингредиенты

400 г муки, 300 г тыквы, 250 г сахара, 50 г сливочного масла, 400 мл молока, 50 мл растительного масла, разрыхлитель для теста, соль.

Способ приготовления

Муку просейте, смешайте с молоком и разрыхлителем, слегка посолите, замесите тесто. Тыкву вымойте, очистите, натрите на крупной терке. Тесто разделите на 3 части, тонко их раскатайте, выложите тыкву, засыпьте ее сахаром, защипните края теста. Обжарьте плацинды на масле с двух сторон по 7 мин.

Напитки

Винный кисель с вареньем

Ингредиенты

100 г вишневого варенья, 70 г сахара, 2 ст. л. крахмала, 300 мл красного сухого вина, 200 мл воды.

Способ приготовления

Вино смешайте с водой, доведите до кипения, добавьте варенье и сахар, варите еще 10 мин, положите крахмал, готовьте 5 мин, помешивая. Готовый кисель остудите.

Фруктово-ягодный коктейль

Ингредиенты

По 150 г сливы, абрикосов, 100 г вишни, 80 г сахара, 1 яблоко, 1 ст. л. лимонного сока, 100 мл красного вина, 500 мл воды.

Способ приготовления

Ягоды и фрукты вымойте, из вишни, сливы и абрикосов удалите косточки, все нарежьте небольшими кусочками. Сахар растворите в воде, добавьте вино, яблоки, сливы и абрикосы, варите 15 мин. Перед подачей на стол в фужеры положите вишню, залейте полученным напитком.

Иллюстрации

Украинский борщ

Кутья. Украинское рождественское блюдо

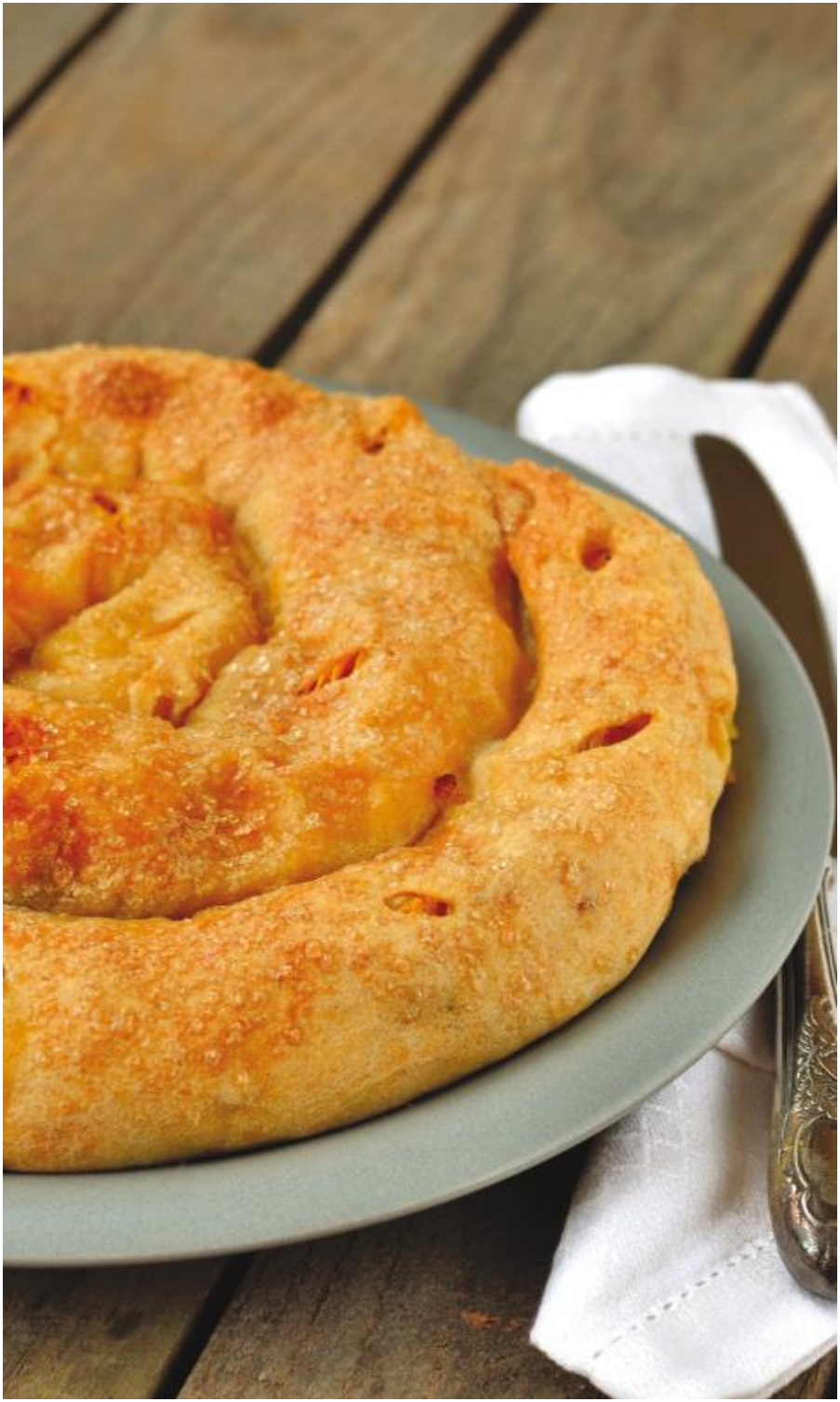
Украинский узвар

Белорусские драники

Белорусские картофельные клецки с мясным фаршем

Молдавский традиционный суп зама и мамалыга

Молдавская чорба



Молдавская вертута с тыквой